Елена Сосорева

20 сложных ситуаций с детьми от 2 до 7 лет

ПРОВЕРЕННЫЕ АЛГОРИТМЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

КАК ВЕСТИ СЕБЯ, ЧТОБЫ НЕ НАВРЕДИТЬ, А ПОМОЧЬ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Ваш ребенок выходит за рамки принятых норм поведения? А вы не знаете, как на это правильно реагировать? Если это так, то у ребенка может развиться размытое представление о том, что ему дозволено, а что нет, и его (и, конечно же, вас!) ждут большие проблемы в будущем.

В этой книге разбираются наиболее распространенные ситуации с детьми дошкольного возраста, в которых родители испытывают сложности. Это такие ситуации, когда вы расстроены, обеспокоены, разгневаны, а может быть, даже обескуражены тем, как ведет себя ваш ребенок. Каждая ситуация рассматривается детально: вы узнаете, почему она возникла, как ее преодолеть и что сделать для того, чтобы в дальнейшем она не повторилась.

- Елена Сосорева
  - ○
  - ○ Введение
    - ■
    - ■ Сложные ситуации (с детьми от 2 до 7 лет)
    - ■ Сложные ситуации
  - ○ 1
    - ■
    - ■ Почему ребенок так себя ведет
    - ■ Что делать?
    - ■ Что учесть на будущее
  - ○ 2
    - ■
    - ■ Почему ребенок так себя ведет
    - ■ Что делать?
    - ■ Что учесть на будущее
  - ○ 3
    - ■
    - ■ Почему ребенок так себя ведет
    - ■ Что делать?
    - ■ Что учесть на будущее
  - ○ 4
    - ■
    - ■ Почему ребенок так себя ведет
    - ■ Что делать?
    - ■ Что учесть на будущее
  - ○ 5

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

6

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

7

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

8

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

9

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

10

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

11

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

12

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

13

- Почему ребенок так себя ведет
- Что делать?
- Что учесть на будущее

- 14
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее
- 15
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее
- 16
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее
- 17
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее
- 18
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее
- 19
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее
- 20
  -
  - Почему ребенок так себя ведет
  - Что делать?
  - Что учесть на будущее

Елена Сосорева
20 сложных ситуаций с детьми от 2 до 7 лет. Проверенные алгоритмы для родителей: как вести себя, чтобы не навредить, а помочь

Ребенок нуждается в вашей любви больше всего именно тогда, когда он меньше всего ее заслуживает.

Бомбек Эрма (р. 1927)

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Введение

Всем знакома известная фраза о том, что «родителей не выбирают». Казалось бы, все просто и понятно, но за этой фразой стоит столько боли и разочарования детей, так и не получивших от родителей настоящей любви и понимания, особенно в трудную минуту.

То, что вы в руках держите эту книгу, уже значит, что вы думающий родитель, ищущий ответы на свои вопросы. Желание разобраться в своих эмоциях и постичь суть детской психологии – это главный ключ к взаимопониманию между родителями и детьми.

Растить детей нелегко, и далеко не все родители готовы достойно пройти этот сложный путь. Процесс воспитания – это процесс взаимного развития. Вы воспитываете детей, влияете на них, и они влияют на вас, заставляя вас меняться и постоянно совершенствоваться. Но не всегда взрослые люди считают для себя возможным заниматься самоанализом и самосовершенствованием. Многие думают, что они правы только потому, что они родители и плохое поведение ребенка – это повод только для того, чтобы изменить ребенка, а не попытаться исправить что-то в себе или в своем образе мышления.

Тем не менее лишь способность к самоанализу позволит вам справиться с любыми ситуациями. Взрослые далеко не всегда бывают правы, и если вы готовы признавать свои ошибки и менять себя – вы на пути к успеху.

Постарайтесь развить в себе зоркость и внимательность по отношению к вашему ребенку, это поможет вам понимать глубинные причины его поведения и находить лучшие способы взаимодействия с ним. Помните, все дети – совершенно разные: и по характеру, и по восприятию окружающего мира каждый ребенок уникален и неповторим. Любому ребенку необходима своя, особая модель воспитания. Например, если для одного ребенка достаточно укоризненного взгляда, чтобы он скорректировал свое поведение, то для другого необходимы более строгие меры. Поэтому подход к каждому ребенку должен быть индивидуален, с учетом особенностей его психики и темперамента.

Где заканчивается хорошее поведение и начинается плохое – разные роди тели понимают по-разному. К сожалению, сейчас у многих родителей в моде тенденция позволять ребенку делать все, что ему захочется. Это пагубная модель воспитания. Неумение ребенка считаться с окружающими, уважать их,

приведет к тому, что рано или поздно он перестанет уважать родителей и не сможет установить гармоничные взаимоотношения со сверстниками.

Важно понимать то, что если ребенок выходит за рамки общепринятых норм поведения, то это никак нельзя оставлять без внимания, на это необходимо реагировать и формировать у него понятие об этих нормах. Иначе ребенка с размытым представлением о том, что ему дозволено, а что нет, ждут большие проблемы в будущем.

Все мы порой сталкиваемся с такими ситуациями, когда наш ребенок ведет себя совсем не так, как должны вести себя воспитанные дети. Некоторые ситуации могут и вовсе поставить в тупик. Не волнуйтесь, через это проходят все родители.

Обычно о таком поведении детей не очень хочется кому-то рассказывать, и каждый родитель в одиночку пытается справиться со своими чувствами и переживаниями.

В этой книге мы рассмотрим наиболее распространенные ситуации с детьми дошкольного возраста, в которых родители испытывают определенные сложности. Это такие ситуации, когда вы расстроены, обеспокоены, разгневаны и даже обескуражены тем, как ведет себя ваш ребенок.

Невозможно дать исчерпывающие ответы по поводу того, как разрешить ту или иную проблему. Однако мы постараемся рассмотреть детально каждую конкретную ситуацию, чтобы понять, почему она возникла, как ее преодолеть и что сделать для того, чтобы в дальнейшем она не повторилась.

Сложные ситуации (с детьми от 2 до 7 лет)

1. Ребенок закатывает истерики.
2. Ребенок много капризничает.
3. Ребенок требует купить ему что-то.
4. Ребенок чего-то боится.
5. Ребенок сквернословит.
6. Ребенок дерется.
7. Ребенок ведет себя нетактично.
8. Ребенок не ложится спать.
9. Ребенок берет чужие вещи.
10. Ребенок плохо ест.
11. Ребенок много смотрит телевизор.
12. Ребенок часто обманывает.
13. Ребенок сочиняет небылицы.
14. Ребенок в общественных местах ведет себя некультурно.
15. Ребенок ябедничает.
16. Ребенок все время говорит «нет».
17. Ребенок не отходит от вас ни на шаг.
18. Ребенок слишком много балуется.
19. Ребенок дразнит и обзывает.
20. Ребенок грозится убежать из дома.

Сложные ситуации

Когда ваш ребенок делает что-то «не так», иногда очень сложно разобраться с ходу, как на это реагировать. Но оставлять решение на потом никак нельзя: ведь от того, как вы отреагируете, будет зависеть, повторится ли такая ситуация вновь или нет.

Как это не пафосно звучит, но от ваших действий в сложных ситуациях зависит будущее ваших детей. Будущее в том смысле, станут ли они уверенными и адекватно оценивающими себя взрослыми или будут всю жизнь преодолевать в себе комплексы, полученные в детстве с вашей помощью.

Все мы были детьми и прекрасно помним свои ощущения, когда нас наказывали, или хвалили, или поступали по отношению к нам несправедливо. Вспомните свои ощущения, когда вы, будучи ребенком, оказывались в сложной ситуации и чего вам больше всего хотелось. Это поможет вам объективно оценить ситуацию и найти правильный выход.

СОВЕТЫ ПО ВЫХОДУ ИЗ СЛОЖНЫХ СИТУАЦИЙ

1. Постарайтесь проявить максимальную выдержку.

Когда вы чувствуете себя обеспокоенными, расстроенными, сердитыми, то, скорее всего, ведете себя импульсивно и совершаете непродуманные действия. Поэтому для начала потратьте несколько мгновений, чтобы привести себя в состояние, наиболее подходящее для достижения положительного результата. Если вы вышли из себя, то сосчитайте до пяти, делая глубокие вдохи.

2. Не обращайте внимания на посторонних, даже если они открыто высказывают вам свое недовольство.

К сожалению, некоторые взрослые считают своим долгом прокомментировать вашу ситуацию так, что вам захочется провалиться сквозь землю или тут же наказать собственное чадо. Не беспокойтесь о чужом мнении, не реагируйте на замечания, лучше сосредоточьтесь на своем ребенке.

3. Представьте себя на месте своего ребенка.

Да-да, как бы это ни было сложно, именно в этот момент вспомните себя маленькими и представьте, что в такой ситуации может чувствовать малыш. Подумайте о том, как сейчас ему плохо и как он нуждается в вашей помощи.

1
Ребенок закатывает истерики

Каждый вечер мама забирала трехлетнюю Вику из детского садика. Часто с ней невозможно было спокойно дойти до дома. Девочка всю дорогу плакала, что-то кричала, упиралась и не хотела идти. Даже когда мама брала ее на руки, она выгибалась и продолжала кричать. Мама торопилась быстрее дойти до дома, пряча глаза от укоризненных взглядов встречных прохожих. Когда, наконец, они приходили домой, то Вика обычно никак не могла утолить жажду и все время просила пить, а еще, случалось, сразу затихала и засыпала.

Для того, чтобы разобраться с проблемой, родители обратились за помощью к воспитательнице. И вот, что выяснилось. Так как Вика – очень подвижный ребенок, то на прогулке она все время бегала. Ребенок не мог догадаться, что испытывает дискомфорт от обыкновенной жажды и попросить у воспитателей попить. Дома, когда родители предлагали Вике какие-либо напитки, то все вставало на свои места. Еще выяснилось, что во время дневного сна Вика практически никогда не спала. Может быть, она была перевозбуждена играми со сверстниками, а может, ей было сложно отключиться в помещении, где еще кто-то был. Так или иначе, к вечеру уже сказывалась и усталость за весь день, и огромное количество накопившихся впечатлений. Поэтому, как только она оказывалась в знакомой спокойной обстановке, то сразу засыпала.

Почему ребенок так себя ведет

Совсем маленькие дети закатывают истерики потому, что им часто не хватает слов, чтобы выразить свои нужды и элементарные потребности. Такая неудовлетворенность накапливается и выливается в слезах и криках. Ребенок сам не понимает, от чего ему плохо, и единственное, что он может в такой ситуации делать – это закатить истерику, тем самым призывая вас разобраться с ситуацией.

Внимательные мамы сразу определяют, в чем проблема, чего не хватает ребенку. Обычно это элементарные вещи – малыш устал и хочет спать, голоден и его нужно побыстрее накормить, хочет пить или хочет в туалет и т. д. и т. п. А может быть, ему жарко, он, например, перегрелся на солнце или, наоборот, ему холодно.

Своими капризами и истериками ребенок может оповестить вас также и о своем физическом недомогании, ведь часто так происходит, когда ребенок начинает заболевать.

Что делать?

• Никогда не кричите на ребенка в этой ситуации, не требуйте, чтобы он прекратил «это безобразие» – это совершенно бесполезно, так как ребенок уже утратил способность контролировать свое поведение и эмоции.

• Для начала попробуйте предложить малышу все, что у вас есть в арсенале (например: еду, питье). Если вы видите, что ребенок очень устал, то возьмите его на руки, покачайте и уложите отдохнуть.

• В любом случае, призовите на помощь всю свою чуткость и воображение, чтобы понять истинную причину такого поведения и постарайтесь как можно быстрее помочь малышу.

Что учесть на будущее

Психоэмоциональное состояние маленьких детей во многом зависит от ритма жизни, который традиционно задается режимом дня. Он способствует нормальному развитию ребенка, его здоровью, воспитанию воли, приучает к дисциплине.

• С первого дня жизни постарайтесь приучить ребенка к ритму во всем – в питании, труде, отдыхе, даже в опорожнении кишечника и мочевого пузыря. По мере роста ребенка его распорядок будет меняться. Но на всю жизнь должна сохраниться основа, заложенная в раннем детстве – чередование всех форм деятельности организма в определенном режиме. Воспитать в ребенке чувство ритма не слишком сложно: самой природе присущ ритм. Малыш легко привыкает к предложенному ему распорядку. Соблюдение режима позволяет ребенку выработать необходимые для жизни реакции и рефлексы, сохранить психологическое здоровье при напряженной смене различных раздражителей. Изменение жизненного уклада нередко вызывает чувство беспокойства или протест, расстройство настроения и упрямство. Постоянство окружающей среды для ребенка, как и определенная последовательность его действий, создает чувство безопасности и изначальной уверенности в себе.

• Часто дети закатывают истерики во время длительных поездок. Поэтому, если вам предстоит дальняя поездка, то постарайтесь продумать все до мелочей, позаботьтесь о том, чтобы ребенок в определенное время мог получать пищу, посещать туалет, у него было достаточно времени для сна и т. п., тогда у него не будет повода для истерик.

2
Ребенок много капризничает

Таня в 4,5 года стала несносной капризулей. Отказывалась ложиться спать, если рядом не посидят родители, на прогулке отказывалась ходить сама и просилась на руки. Капризным и раздраженным тоном отдавала маме распоряжения: «Принеси мне куклу, надень мне сапожки, покорми меня» (хотя сама уже владела такими элементарными навыками, как самостоятельно одеваться и кушать).

Мама совсем сбилась с ног, выполняя один за другим капризы своей дочурки. При этом все еще осложнялось непростыми взаимоотношениями с мужем. Конфликт, который разгорался между взрослыми, начинал отражаться и на ребенке.

Почему ребенок так себя ведет

По этому поводу есть хорошее высказывание доктора Шиничи Сузуки: «Когда вы придете домой, поставьте перед собой своих детей и вглядитесь в их лица – вы прочтете всю историю своих супружеских отношений».

Поэтому, если ваш ребенок стал слишком много капризничать, то для начала необходимо разобраться, гармоничные ли отношения у вас в семье и какая психологическая атмосфера у вас дома в целом.

Учтите, что от ребенка невозможно скрыть истинные проблемы. Если в вашей семье не все благополучно, то ребенок все равно все видит и все чувствует.

Когда в доме возникают проблемы (даже если они не обсуждаются открыто), тогда ребенок начинает капризничать гораздо больше, чем раньше.

Например, ребенок невольно слышит как мама и папа ссорятся ночью, думая, что он уже спит. Ребенок встревожен, его терзают самые страшные мысли, у него множество вопросов, но нет на них ответов. Тогда капризы и слезы *становятся постоянной, устойчивой формой защиты ребенка против его страхов*.

Когда супруги слишком бурно выясняют отношения при ребенке, тогда он не в силах перенести такой стресс и просто начинает хныкать и капризничать, чем вызывает только раздражение у родителей.

Когда родители в ссоре, то их мысли заняты только своими проблемами и они становятся эмоционально недоступными для ребенка. А дети – это удивительно чувствительные создания. Поэтому ребенок, недополучая внимания, будет всеми способами пытаться получить его. Малыш будет бессознательно действовать по принципу «уж лучше строгий окрик или шлепок, чем меня совсем не замечают».

Очень часто к чрезмерной избалованности и капризности ребенка приводит скрытый раздор в семье, где обычным эмоциональным фоном является постоянное недовольство одного супруга другим. В таком случае, «не угодив» мужу, «плохая жена» старается изо всех сил стать «хорошей матерью» и начинает потакать своему чаду во всем и баловать его без меры. Ребенок чувствует, что его власть над матерью безгранична и превращается в деспота.

Когда складывается подобная модель поведения, безусловно, это не может не беспокоить. Чтобы изменить ситуацию, нужно

понять причины такого поведения ребенка и для начала разобраться, *что же происходит со всей семьей.*

Что делать?

• Если ребенок капризничает и плачет, то спокойным дружелюбным тоном скажите ему: «Я очень хочу тебе помочь, но ты должен мне рассказать, в чем дело».

• Не позволяйте ребенку говорить капризным тоном. Если он начинает так говорить, то прервите его и скажите: «Говори нормально, а то я ничего не понимаю» или «Я буду разговаривать с тобой, только если ты будешь говорить нормальным тоном».

• Не потакайте его прихотям. Спокойно и уверенно напомните ему, что он уже может обойтись и без посторонней помощи (например, одеться, взять ложку, умыться и т. д.) и вы не будете делать это за него.

• Когда ребенок спокоен, хвалите его и говорите ему: «Как приятно видеть, когда ты не капризничаешь», «Какой ты у меня самостоятельный!» (когда сам ест или одевается).

• Если же ребенок очень сильно встревожен, расстроен жизненными обстоятельствами и требует присутствия обоих родителей при его «засыпании», то иногда лучше выполнить его просьбу. Тем самым вы успокоите ребенка и удовлетворите его потребность во внимании. А в дальнейшем вам будет легче установить разумный распорядок сна, связанных с ним ритуалов и других режимных моментов, и это уже не будет поводом для недовольства и капризов.

Что учесть на будущее

• Для ребенка очень важен микроклимат в семье. Ссоры и конфликты между родителями пугают маленьких детей, они чувствуют себя совсем беззащитными и ненужными. Пребывая в постоянном напряжении, дети регрессируют, становясь капризными.

• Старайтесь не подвергать детей ненужным стрессам, не тревожьте их своими заботами и конфликтами. Никогда не выясняйте отношения в присутствии детей.

• Родителям иногда полезно садиться за стол переговоров (или на диван) и тихими спокойными голосами обсуждать планы на завтра или на неделю, а может, и на год. При этом ребенок должен вас видеть и слышать, и принимать участие в обсуждении. Если раньше, к сожалению, он видел, что проблемы решались неспокойно, в агрессивной манере, то теперь он должен иметь перед собой пример того, как вы мирно и спокойно обсуждаете обычные жизненные вопросы.

• Еще полезно организовывать совместные выезды на природу, походы всей семьей в кино или в театр. Обсуждайте увиденное, разговаривайте, смейтесь, наслаждайтесь общением друг с другом. Это очень объединяет и сплачивает семью, а ребенок чувствует себя при этом частью единого целого.

3
Ребенок требует купить ему что-то

Маленький Алеша тянул маму за руку к полке с игрушками и ныл изо всех сил: «Купи мне самолетиииик, кууупиии!». Спустя несколько мгновений, он уже кричал и его пронзительное «Купиииииии…» звенело по всему магазину и отдавалось эхом в ушах каждого покупателя. Мама была в замешательстве.

Тут Алеше удалось выскользнуть из маминой руки, и он хлопнулся на пол, завопив при этом еще истошнее: «Купиии!!!». Мама была в бешенстве. А Алеша был в недоумении и не понимал, почему ему непокупают игрушку, ведь когда в прошлый раз они ходили в магазин с мамой и ее подругой, стоило ему только закричать, и он тотчас получил то, что требовал.

Почему ребенок так себя ведет

Основная причина такого поведения ребенка – это непоследовательность и неуверенность родителей. Когда-то, поддавшись напору ребенка и «уступив» его истерикам, родители тем самым зафиксировали в его памяти неправильную модель поведения. Ребенок понял, что такое поведение – это реальная возможность добиться желаемого.

Для маленьких детей вполне естественно хотеть все, что они видят. И если родители склонны проявлять нерешительность и уступать, то ребенок никогда не перестанет просить.

Обычно ребенок интуитивно чувствует нерешительность и замешательство своих родителей. Он понимает, что для мамы или папы мнение окружающих значит очень много, и ловко играет на этом.

Любой ребенок, так или иначе, экспериментирует со своими способностями влиять на людей и добиваться своего. Это важно для его будущей жизни. Но более важно, чтобы он научился добиваться своей цели не манипуляциями, а переговорами и убеждением. Так же важно, чтобы ребенок умел принимать возражения и отказ.

Колебания родителей под действием манипулятивного поведения вредны для самого ребенка – они закрепляют в нем навыки манипулирования вместо того, чтобы развивать более взрослые и зрелые способы достижения цели.

Если вы легко поддаетесь манипуляциям детей в общественных местах, задумайтесь, почему для вас так важно мнение окружающих?

Что делать?

• Не стоит взывать к совести, разумности и ответственности ребенка и говорить такие фразы, которые очень расстраивают, напоминая ему о том, насколько он еще слаб и мал: «Как тебе не стыдно! Ты же мне обещал ничего не просить!», «Здоровый парень, а ноешь, как девчонка!» или «Вот когда будешь сам зарабатывать деньги, тогда и купишь себе все, что хочешь!»

• Расстраиваясь, ребенок, тем не менее, не может себя остановить, потому что все равно испытывает детскую слабость к обилию интересных и красивых новых вещей. Стараясь воспитывать в ребенке зрелое качество совестливости и силы воли, взрослые порой невольно вынуждают его чувствовать себя бессовестным и слабовольным. Такие фразы впечатляют и задевают ребенка. Пристыженный, он, действительно, начинает меньше просить. Вот только стыд не успокаивает желание, а только заставляет скрывать его и стесняться.

• Существует действенный способ справляться с такой ситуацией. Как только взрослый слышит настойчивое требование: «Купи!», ему нужно быстро принять для себя решение «Хочу я это покупать сегодня и сейчас или нет». Если вы решили, что покупка возможна, то стоит покупать сразу, без колебаний, споров и условий, если же вы решили, что покупка не состоится, то нужно честно и твердо сообщить об этом ребенку и… готовиться выдержать любые истерики. Как правило, в ответ на твердое обдуманное «нет» дети устраивают истерики только первые несколько раз, пока они еще не уверены в том, что папа или мама не собирается менять своего решения. Потом дети быстро привыкают к однозначности родительского поведения.

Кстати, когда родители не только отказывают решительно, но и делают покупки по просьбе ребенка тоже решительно, без упреков и условий, тогда дети гораздо спокойнее переносят отказы.

Что учесть на будущее

Когда вы идете с ребенком в магазин, заранее честно обсудите с ним, планируете ли вы сегодня что-то покупать ему.

Старайтесь избегать ситуаций, которые невольно провоцируют ребенка на просьбу что-нибудь купить. Например: родители долго стоят около полок, на которых, прямо на уровне рук ребенка, лежат завернутые в яркие обертки пакетики со сладостями; или мама встретила в магазине подругу и долго с ней разговаривает.

Есть один хороший способ посещения магазина с ребенком. Собираясь за покупками в супермаркет, составьте список необходимых продуктов. Вовлеките ребенка в процесс поиска нужных вещей, дайте ему ручку или фломастер – пусть он отмечает то, что вы складываете в корзину. Будьте уверены, малыш будет настолько поглощен процессом, что ему некогда будет ныть и капризничать. Детям (как и всем другим людям) нравится, когда к ним относятся с уважением. Такое внимание и доверие к ребенку в виде «взрослого» поручения может иногда оказаться для него важнее, чем приобретение какой-то вещи.

Но учтите, что существуют определенные ситуации, когда ребенку уж точно придется что-то купить.

Например, это когда вся семья приходит в магазин, чтобы купить подарок для *другого* ребенка. Обычно это нужно сделать ко дню рождения его друга или подружки, братика или сестренки. Обычно ребенок сильно переживает, когда его родители уделяют свое драгоценное внимание *другому* ребенку. Он начинает расстраиваться и думать, что его совсем не любят, раз они покупают ему ТАКОЕ, а мне ничего. В этом случае лучше не травмировать ребенка и тоже купить ему какую-нибудь небольшую игрушку.

Родителям не стоит переживать из-за того, что им теперь все время придется покупать «двойные» подарки. Такой чувствительный возраст у детей быстро проходит, все они вырастают, и вы не успеете оглянуться, как ваш ребенок будет сам спокойно и с удовольствием выбирать подарки для своих друзей.

4
Ребенок чего-то боится

Семейство пятилетнего Андрюши впервые приехало отдыхать на море, и вот незадача – ребенок никак не идет в воду. Мама и папа бьются изо всех сил, пытаясь заманить сына в море. Андрюша уже третий день играет в песке и совсем не хочет купаться.

Родителям было невдомек, каким огромным и страшным казалось море маленькому мальчику. Для него море было большим живым зверем, который вот-вот может схватить малыша своими волнами-щупальцами и утащить вглубь. Обидно, что мама и папа не понимают его страхов: мама смеется и говорит, как хорошо барахтаться в теплой водичке, а папа уже посматривает на Андрюшу с явным раздражением…

Почему ребенок так себя ведет

Знакомая всем ситуация, когда взрослые злятся и не понимают, почему ребенок чего-то боится. Детские страхи очень разнообразны: кто-то боится темноты, кто-то никак не может шагнуть на эскалатор, кто-то опасается одежды из «странной» на ощупь велюровой ткани, кто-то в ужасе от грозы, кто-то пугается собак…

Страхи у детей возникают потому, что по мере того, как они растут, у них начинает развиваться воображение, и в их сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно – то не видно, если не видно – то там может кто-то быть, если этот кто-то опасен – то я его боюсь» и т. д.

Некоторые одаренные дети проявляют повышенные страхи из-за того, что у них больше развито воображение, интеллект. В их голове возникают самые невероятные взаимосвязи, в то же время правильно относиться к ним ребенок еще не умеет.

У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них все еще остается далеко не во всем понятным.

Переживать страхи – это нормально, но ребенку необходима помощь в их преодолении.

Что делать?

Многие родители не хотят признавать детские страхи, полагая, что тем самым они закрепят их и будут способствовать появлению новых. Напротив, самый лучший способ помочь страху исчезнуть – это признать его реальность и проявить настоящее понимание и сочувствие к ребенку, который боится.

• Говорить ребенку, что бояться – это глупо, не значит избавить его от страха. Если вы будете говорить что-то вроде «тебе должно быть стыдно» или «хорошие дети себя так не ведут», то малыш начнет думать, что он – плохой, и у него может возникнуть ощущение, что с ним не все в порядке и он не заслуживает любви. А маленьким детям очень важно знать, что они нормальны и достойны любви. Ужасно испытывать чувства, которых другие люди не понимают. Плохо само по себе бояться моря или темноты, а еще страшнее, когда люди, которых ты любишь, теряют терпение и сердятся на тебя за это. Кстати, у многих взрослых большое количество комплексов связано с непреодоленными детскими страхами.

Обычно родители, когда их ребенок чего-то боится, только и делают, что твердят «ничего страшного». Ведь страхи маленьких детей часто имеют так мало общего с настоящей реальностью. Но чего бы ни боялся ребенок – его страх для него весьма реален.

• Постарайтесь не поддаться соблазну сказать: «нечего тут бояться».

• Никогда насильно не заставляйте ребенка сделать то, чего он боится. Обязательно поддержите ребенка. Например, если ребенок боится темноты, скажите ему: «Если тебя пугает темнота, то мы можем оставить дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате и, если ты захочешь, то в любой момент позовешь меня». Или, когда ребенок боится собаки: «Я вижу, ты сильно испугался. Думаю, я тоже испугался бы такого большого и лохматого зверя».

• Когда вы говорите ребенку, что понимаете его страх и что многие дети испытывают такие же ощущения, вы помогаете ему преодолеть боязнь. Наделяя ребенка уверенностью в том, что он и в такой ситуации «хороший и нормальный», вы пробуждаете в нем энергию, необходимую для того, чтобы справиться с любыми страхами.

Что учесть на будущее

Когда маленький ребенок чего-то боится, надо проанализировать, откуда берутся его страхи и что они означают.

Природа возникновения страхов может быть самой различной.

Иногда дети, еще не понимая смысла некоторых слов, представляют себе совершенно не то, о чем говорилось. Тогда их воображение рисует ужасающие картины. Например, шестилетняя Маша боялась идти на хореографию, потому что слышала, как родители говорили о каком-то «станке» и о «выворотности ног».

Учтите, что маленькие дети видят мир совсем иным. Порой в голове ребенка происходят самые невероятные умозаключения. Так, один мальчик не хотел переходить улицу по «зебре» – такое название пешеходного перехода его пугало.

Нужно понимать, какие богатые и сильные впечатления может дать ребенку его фантазия. Ребенок считает их существенными и реальными, подчас испытывая самые глубокие переживания. Иногда эти ощущения захлестывают его целиком.

Относитесь с пониманием и участием ко всем чувствам ребенка, даже если вам не нравится, как он себя ведет.

Для того, чтобы разобраться с тем, что тревожит вашего ребенка, разными методами помогайте ему выразить свои страхи и опасения: поговорите о них, предложите ему нарисовать их, вместе сочините истории о них.

Постарайтесь создать у ребенка ощущение безопасности. Постоянно находите время для общения с ним. Почитайте с ребенком книжки (лучше всего традиционные сказки), в которых рассказывается о том, как героям удалось преодолеть различные трудности и опасности.

5
Ребенок сквернословит

«Мама, помоги мне, пожалуйста, вырезать снежинку» – уже в сотый раз просила Анютка. Мама тем временем вела оживленную беседу по телефону и никак не реагировала на свою дочурку, которая пыталась сделать какую-то поделку.

В этот день в детском саду малышам показывали, как из обычного листа бумаги можно сделать потрясающей красоты снежинку. И вот теперь девочка пыталась это повторить, но бумага рассыпалась на ажурные листочки, и снежинка все никак не получалась.

«Мама, ну, мам! Ну что за… !!!» – в сердцах сказала Анюта. Тут мама подскочила, как ужаленная, сразу же бросила трубку и принялась отчитывать дочь…

Почему ребенок так себя ведет

У многих детей в определенном возрасте (обычно с 3,5 до 5 лет) возникает желание испытать на своем опыте эффект от бранных слов.

Родители обычно приходят в замешательство, когда из уст их ребенка вылетает ругательство. Не стоит во всем винить детский садик или влияние «плохих» друзей. Все дети, так или иначе, слышат бранные слова в повседневной жизни.

Несмотря на то, что ребенок часто совершенно не понимает смысла нецензурных слов и выражений, у него может возникнуть желание повторить услышанные ругательства. Это объясняется тем, что дети проявляют большой интерес к словам и языку в целом и поэтому не пропускают мимо любые «новшества» и стремятся сразу же употребить их в своей речи.

Ребенок может сквернословить по разным причинам: желая привлечь к себе внимание, выводя взрослых из терпения, обижая других детей, непроизвольно проявляя обиду или злость.

Чаще всего причиной брани маленького ребенка является недостаток внимания к нему со стороны родителей. Когда родители постоянно заняты своими делами, то малыш, нуждаясь в их внимании, не находит лучшего способа, как сказать что-то неприличное. Даже если родители начинают возмущаться, отчитывать или даже наказывать ребенка, это неважно, ведь цель достигнута – все внимание родителей приковано к нему.

Что делать?

К счастью, уже почти канули в лету такие «бабушкины методы» воспитания, как шлепки по губам или мытье рта с мылом, не приводящие ни к какому результату. Для мудрых родителей такие методы, конечно же, неприемлемы. Всегда можно найти адекватные способы воздействия на ребенка, которые приведут к положительному результату.

Для начала надо разобраться, как и почему ребенок говорит бранные слова.

• Если неприличное слово малыш произнес в первый раз, то постарайтесь сделать вид, что вы ничего не слышали и понаблюдайте за тем, как будет вести себя ребенок. Если ребенок будет ждать от вас какой-то реакции, то он уже понимает, что сказал нечто необычное и теперь ему интересно, как вы на это отреагируете. Не дождавшись реакции с вашей стороны, он решит, что слово – обычное, и в нем нет ничего шокирующего, потеряет интерес и забудет о нем. Если же ребенок не ожидает от вас никакой реакции, то значит, что это слово он просто случайно где-то «подхватил». Если не акцентировать на нем внимание, то бранное слово забудется само собой.

• Часто бывает так, что взрослые, услышав неприличное слово из уст ребенка, начинают смеяться. В данном случае веселье совершенно недопустимо, так как оно вызывает у малыша желание повторить ругательство еще раз, чтобы опять рассмешить окружающих. Такая реакция родителей дезориентирует ребенка: ему непонятно, почему над этим словом в семейном кругу все смеялись, а в магазине за то же слово он получил от родителей взбучку.

• Нередко случается, что малыш обращается к родителям с просьбой разъяснить значение того или иного слова. В этом случае никогда не выясняйте, откуда он его узнал. Просто доброжелательно, спокойно и доступно объясните ему, что это слово ругательное и говорят его, когда хотят кого-то обидеть или оскорбить, поэтому не стоит его употреблять и вы больше не хотите его слышать.

• Нельзя говорить ребенку, что он еще маленький, чтобы ругаться. Он поймет, что если ругаться можно только взрослым, то с помощью брани можно стать взрослее. Вполне вероятно, что вы от ребенка больше «плохих» слов и не услышите, но он начнет употреблять их в компании своих друзей.

• Ни в коем случает нельзя стыдить ребенка на людях – это может нанести ему психологическую травму. Если ребенок сказал

нецензурное слово при посторонних, самое главное – сохранять спокойствие. Конечно, непросто сдержаться, не отреагировать и не наказать ребенка, когда вам стыдно и обидно. Постарайтесь сделать вид, что ничего страшного не произошло. А потом, наедине, обязательно поговорите с ребенком.

• Если ребенок бранится, когда разозлен или обижен, то скажите ему, что понимаете его чувства и представляете, как ему сейчас неприятно, но как бы не было ему тяжело, в такой форме нельзя выражать свой гнев. Нецензурная брань – это неадекватное, грубое выражение эмоций. Ребенка нужно учить, как реагировать на раздражители, как выражать свои чувства, как справляться с негативными эмоциями без грубых слов. Обсудите с ребенком значения слов, которые люди обычно используют для того, чтобы выразить свои отрицательные эмоции. Например: «мне не нравится», «я рассердился», «мне неприятно», «я злюсь», «мне больно» и т. п. Когда ребенок выражает свои чувства приемлемыми словами, хвалите его: «Это просто замечательно, что ты словами объяснил нам, что ты чувствуешь».

• Если ребенок, определяя границы своей власти над вами, пытается вывести вас из себя, то в таком случае лучше полностью проигнорировать его слова. Не проявляйте никакого волнения или гнева, так как ребенок именно этого добивается.

• Если ребенок, копируя взрослых, с помощью ругательств «выясняет отношения» с другими детьми, то вмешайтесь мгновенно, но очень спокойно. Скажите ему, что это не способ разрешения конфликта, такие слова могут сильно обидеть других.

• Любой ребенок нуждается в том, чтобы родители устанавливали ему ограничения, некий предел. При этом он чувствует себя довольным и уверенным, когда получает точные ориентиры, как себя вести.

• Ругать, стыдить или наказывать ребенка за сквернословие абсурдно. Дети употребляют ругательства, не всегда даже понимая их смысл. Для них бранные слова являются простым сочетанием букв и мало чем отличаются от других словосочетаний.

• Нет смысла просто запретить ребенку ругаться, ничего не объясняя. Запрет не приводит к положительному результату, а вызывает обратную реакцию.

• Спокойно поговорите с ребенком о не допустимости использования нецензурных слов. Объясните ребенку, что они значат, и скажите, что слова эти очень обидные и говорить их нельзя. Необходимо донести до ребенка, который ругается, что нецензурная брань – это не символ крутизны и взрослости, а

засорение речи и просто некрасивое, неприличное поведение. Тактично и убедительно объясните ребенку, что его речь – это показатель его развития. Нецензурная брань будет характеризовать его как недостойного человека и ограниченную личность. Скажите ребенку, что вы знаете, какой он умный и хороший, и вы уверены в том, что он будет вести себя достойно и вас не разочарует. Вряд ли после таких бесед ребенок захочет сквернословить.

Что учесть на будущее

Немецкий поэт Ф. Шиллер замечательно высказался на эту тему: «Родители меньше всего прощают своим детям те пороки, которые они сами им привили».

• Помните, что всю информацию об окружающем мире ребенок впитывает от своих родителей. В том числе и навыки поведения. Если родители не соблюдают правила хорошего тона, то ребенком это расценивается как норма. Поэтому необходимо тщательнейшим образом контролировать свое поведение и речь при ребенке, ведь малышу невозможно запретить произносить слова, которые он слышит от родителей. Порой мы сами не замечаем, как у нас вырываются бранные словечки, а потом удивляемся, откуда малыш принес эти слова. Так что в очередной раз, схватившись за горячую сковородку, держите себя в руках, чтобы не пополнить словарный запас своего ребенка «крепким» словцом.

• Постарайтесь, чтобы бранные слова (а также жаргонизмы) вообще не звучали в присутствии и ближайшем окружении ребенка с самого его рождения.

• Если же кто-то бранится в присутствии вашего ребенка, то обязательно прокомментируйте ситуацию, сказав, что воспитанные люди не употребляют таких слов ни при каких обстоятельствах, это неуважение к окружающим. Объясните малышу, что с теми, кто сквернословит, вряд ли нормальные люди поддерживают отношения.

• Как можно больше читайте ребенку, чтобы пополнить его словарный запас, учите его искать замену привычным, стереотипным выражениям.

6
Ребенок дерется

Миша в это утро был очень рад – мама рано привела его в детский садик, и ему удалось первому завладеть большим и ярким самосвалом, с которым он очень любил играть. Катая большую машину по полу, Миша вдруг заметил, что Олег строит дом из кубиков. Мальчик решил, что кубики ему тоже нужны, чтобы загружать и разгружать самосвал. Он подъехал к Олегу и сказал, чтобы тот отдал ему кубики. На что Олег ответил, что кубики нужны ему самому – он строит дом. Тогда Миша, не долго думая, стукнул Олега, разломал его домик и стал складывать кубики в самосвал…

Почему ребенок так себя ведет

Практически все маленькие дети иногда дерутся: они еще не в состоянии полностью контролировать сильные чувства, поэтому действуют импульсивно. При этом, давая волю своему гневу и ярости, ребенок не всегда до конца понимает все возможные последствия своих действий.

Начинают дети драться обычно в возрасте двух лет, когда им приходится учиться общаться с другими детьми. Ребенок приходит играть на детскую площадку или в детский сад и понимает, что отношения, которые складываются у него с другими детьми – совсем не простое дело. Дома, с родными, он знал массу способов добиться своего или получить то, что хочешь. А другие дети совсем не так чутки к его желаниям, и им совершенно безразлично, что ребенку хочется поиграть с их ведерком или машинкой.

Иногда малышу элементарно не хватает слов и, пытаясь завладеть игрушкой, он бьет другого, считая это единственным способом добиться своего. Чаще всего это происходит как мгновенная реакция, так как ребенок еще слишком мал, чтобы продумать какие-то другие, более приемлемые действия.

Иногда ребенок может драться из-за неумения общаться – ему хочется внимания, но что и как сказать он не знает, не умеет, поэтому самое простое – стукнуть «собеседника», тогда тебя точно заметят.

Желание драться наиболее типично для мальчиков. Это объясняется тем, что о себе «дают знать» мужские гормоны, поэтому мальчикам вообще свойственны более грубые игры. Также на поведение мальчиков накладывают свои отпечатки и стереотипы поведения, характерные для современного общества. К сожалению, слишком часто дети видят модели такого поведения на улице, грубых и жестоких героев в популярных фильмах и телепередачах, а затем переносят некоторые их действия в свои игры.

Чаще всего агрессивное поведение демонстрируют дети, которые с самого раннего детства недополучали тепла и ласки. Они оказываются неспособными сопереживать и проявлять сострадание. В результате дети, по отношению к себе испытавшие жестокость, более склонны к тому, чтобы ударить или сделать больно другому.

В некоторых случаях такое поведение ребенка может быть спровоцировано неправильной позицией кого-то одного из родителей (чаще это бывает отец). Когда мама пытается

объяснить ребенку, что драться нельзя, а папа не разделяет такой точки зрения, тогда ребенок воспринимает это как поощрение своих действий.

Что делать?

Прежде всего, нужно понимать, что если ребенок дерется, то это не означает, что он поступает плохо. Каждый ребенок пробует вести себя по-разному и закрепляет те формы поведения, которые нравятся взрослым и за которые не наказывают. Поэтому все время помните, что дети внимательно следят за реакцией взрослых на свои действия. Например, ребенок толкнул кого-то – все засмеялись, а ему никто и слова не сказал. Малыш тотчас сделает вывод, что такая форма поведения нормальна, и, толкаясь, ты доставишь удовольствие окружающим. В такой ситуации нельзя молчать, очень важно разъяснить ребенку, что так вести себя недопустимо.

Или, например, мама сообщает папе о том, что их сын бьет детей в детском саду. А папа, ухмыляясь, отвечает, это хорошо, что *он бьет*, а не *его бьют*. Такая родительская оценка поведения ребенка очень опасна и в дальнейшем может привести к большим проблемам.

• Важно объяснить ребенку, что в жизни существуют определенные правила, которых ему придется придерживаться, хочет он того или нет, и одно из них – «не драться».

• Если ваш ребенок дерется, не стоит наказывать его, кричать или применять силу. Вы только будете усугублять его агрессивное поведение. И единственный вывод, который сделает ваш ребенок, что драться и кричать – это нормально, родители сами так делают.

• Вмешивайтесь каждый раз, когда видите проявления агрессии. Не говорите ребенку, что он плохой, а лучше признайте гнев и ярость ребенка приемлемыми чувствами, и покажите ему другие способы их выражения, на пример: «Я знаю, что ты был зол. Это нормальное человеческое чувство. Но делать больно другим нельзя! Если тебе не нравится то, что делает этот мальчик, ты скажи ему об этом словами или выбери для игры кого-нибудь другого». Спокойно и уверенно сообщите ребенку, что вы не позволите делать больно другим детям. В таком случае возможно наказание в виде кратковременной изоляции от других детей.

• Помогите ребенку осознать свое поведение. Когда ребенок спокоен, похвалите: «Видишь, как хорошо ты можешь без кулаков объяснить другим, что ты хочешь. Я горжусь тобой».

• Обязательно проведите с ребенком беседу о том, как опасны драки, какие серьезные травмы можно получить самому и нанести другому ребенку, ведь многие дети не могут соразмерить

свою силу. Бывают такие драчуны, которые, не на шутку разозлившись, берут в руки острую палку или подбирают с земли камень или еще каким-нибудь не менее опасным предметом наносят удар своему противнику. Объясните ребенку, что в таком случае самое разумное – это убежать. Такая драка – нечестная, а с нечестными людьми не стоит драться, с ними вообще не стоит иметь дело.

• Никогда не поощряйте драки, но, если на вашего ребенка нападают, не требуйте от него пассивности. Иногда не остается ничего другого, кроме как защищаться.

• Если вашему ребенку все-таки навязали драку и ее не избежать, то объясните ему, как максимально защитить себя. Никогда нельзя вступать в драку там, где есть опасность упасть с большой высоты. В драке нужно максимально защищать глаза (если ребенок носит очки, то их нужно сразу же снять). Если противник гораздо сильнее, то нужно как можно быстрее сдаваться – зачем ждать, когда тебя побьют еще больше.

Что учесть на будущее

• Дайте ребенку возможность естественным образом выплескивать энергию – не запрещайте бегать, прыгать, громко петь, вволю кататься на велосипеде и роликах, строить дома из стульев и т. п.

• Ограничьте просмотр боевиков и других жестоких фильмов, а лучше исключите их полностью.

• Также исключите игры, после которых ребенок «выходит из себя» и у него возникает неконтролируемое состояние, типа «хохоталки до истерики» или «щекотки до икотки».

• Полезно отдать ребенка в спортивную секцию по занятию восточными единоборствами. Восточные единоборства – это особая духовная и философская культура, которая борется с агрессией, поэтому ей чужды злоба и жестокость. Дети, занимающиеся в таких секциях, понимают, что драться вообще не нужно, и обретают способность вести себя так, чтобы не было никакой необходимости вступать в сражение.

• Никогда не поощряйте ребенка за проявленную агрессивность и соответствующим образом комментируйте подобные действия других.

• Порассуждайте с ребенком на тему логических последствий. Например, «Если ты ударишь Колю, чтобы отобрать у него игрушку, то что может быть дальше? Представь себя на месте Коли».

• Предложите ребенку поразмышлять о том, как он понимает пословицу «Умный – словом, дурак – кулаком».

• Воспитывая ребенка, важно не только объяснять, как *не надо* делать, а необходимо объяснять и показывать, как делать *надо*.

• Учите ребенка разрешать конфликтные ситуации словами, а не кулаками. Учите его договариваться, отстаивать свое мнение, подтверждать свою силу словами, интонацией, манерой поведения. При этом, конечно же, очень важен стиль общения, принятый в вашей семье. Если вы сами общаетесь с ребенком соответствующим образом, никогда не прибегая к «методам физического воздействия», спокойно обсуждаете острые ситуации и ищете разумные компромиссы, он принимает эту позитивную установку: в случае противоречий всегда нужно попробовать договориться, найти решение, устраивающее обе стороны. Обычно дети, приученные дома к мирному методу решения проблем, естественно и уверенно держатся в группе сверстников, поэтому у них никогда не возникает необходимость вступать в драку.

• Учите ребенка доброжелательному отношению к окружающим. Важно научить ребенка проявлять чувство сострадания, доброты, внимание к ближнему. Учтите, что дети учатся этому только на примерах. Показывайте, как проявлять эти чувства друг к другу и к нему в том числе. Например, все члены семьи сочувствуют тому, у кого что-то болит: «Смотри, папе больно. Давай его пожалеем».

• Проявляйте сострадание к любому малышу на детской площадке, если тот ушибся или его кто-то обидел, не забывайте пожалеть плюшевого мишку, который упал с дивана.

В будущем такие навыки социального поведения очень пригодятся ребенку, с ними он будет лучше взаимодействовать с окружающими и достигнет гораздо большего.

• Помните, что дети копируют слова и поступки взрослых, перенимают их моральные установки. Поэтому всегда будьте для ребенка хорошим примером.

7
Ребенок ведет себя нетактично

Юля дернула маму за рукав и громко спросила: «Мама, а что это с мальчиком, почему у него такие ножки?» Перед ними в инвалидной коляске сидел мальчик, у которого из-за страшной болезни одна нога была гораздо короче другой. К ужасу мамы, всеобщее внимание прохожих тотчас было приковано к ней с ее дочуркой. Юлина мама была в растерянности от такой бестактности своей дочери и совершенно не знала, что сказать под пристальным прицелом любопытных взглядов. Видя ее замешательство, на помощь пришел отец мальчика. Он ответил Юле: «Да вот, одна пока не выросла». Мама облегченновздохнула, она была благодарна мужчине за то, что он не обиделся и сам нашел выход из сложившего положения. Юлю же ответ озадачил, и она не на шутку задумалась. В тот же вечер мама застала Юлю за странным занятием – она пыталась померить линейкой свои ножки. Мама поняла, что дочка приняла всерьез легкомысленный ответ отца ребенка-инвалида и теперь волнуется, так ли растут ее ноги.

Почему ребенок так себя ведет

Маленький ребенок, активно изучая окружающий мир и ежедневно пополняя свой багаж знаний, формирует представление как о себе самом, так и о других людях.

Уже годовалого малыша родители просят показать «а где у нас ручки, а где у нас ушки» и т. п., и ребенок быстро усваивает, из каких частей тела состоит человек. И при своих первых неуклюжих попытках нарисовать человечка, карапуз старательно выводит голову, туловище, две руки, две ноги.

После трех лет ребенок уже понимает, какого он пола, как выглядит. Малыш начинает понимать свои особенности и замечать особенности других детей.

У любого ребенка после трех лет уже формируется определенное представление о том, как именно должен выглядеть человек.

Вот почему, когда ребенок видит кого-то, кто выглядит «не так», у него появляются вопросы. Это не праздное любопытство, это естественная детская любознательность, направленная на то, чтобы разобраться «что же у него не так» и почему.

Что делать?

Как ребенок отреагирует на встречу с инвалидом, во многом зависит от воспитания в семье, от наличия у него опыта общения с людьми, отличающимися в чем-то. Главным примером для ребенка, конечно же, будут его родители, и очень важно то, как они поведут себя в такой ситуации.

Многие здоровые взрослые люди смущаются при виде инвалида и не знают, как себя вести, боятся сделать что-то неправильно. Им кажется, что если человек очень сильно отличается о них, то и общаться с ним надо как-то иначе.

Особенно сложно бывает при встрече с «другими детьми». Не стоит пристально разглядывать их и лучше вовремя отвернуться. Не стоит также смотреть на ребенка и его родителей с соболезнующим и жалеющим видом (родители, воспитывающие ребенка-инвалида, достойны не сожаления, а восхищения!). Излишне подходить к родителям и начинать расспрашивать их о диагнозе ребенка, если вы ничем не можете помочь. Лучше всего сделать вид, что перед вами обычный ребенок, такой же, как и все.

Здоровый ребенок, встретив, например, на детской площадке ребенка с физическими недостатками, естественно заметит разницу и увидит, что ребенок-инвалид выглядит иначе. Ребенок может начать бояться, не произойдет ли и с ним то же самое. Поэтому стоит сразу все объяснить ребенку про таких людей. Пояснить, что человек сильно хромает из-за того, что у него «больные» ноги. Ребенку можно доступно объяснить, что именно «болит» у инвалида с детским параличом или другими необычными внешними проявлениями. Как только ребенок поймет, в чем дело, он перестанет бояться.

• Объясните своему малышу, что ребенок-инвалид не виноват, что родился с физическим (или умственным) недостатком, и поэтому все здоровые люди должны помочь такому ребенку стать хоть чуточку счастливее. Нельзя смеяться над ребенком-инвалидом потому, что ему недоступно многое из того, что легко и просто здоровым детям.

Часто здоровые дети гораздо легче взрослых начинают общаться с инвалидами.

• Объясните своему ребенку, где граница возможностей больного ребенка и каковы правила игры с ним: что можно, а что нельзя делать в отношении его друга-инвалида. Например, Вите нельзя бегать, потому что у него «ножки болят». А это означает то, что нельзя хватать у Вити игрушки и убегать от него, «ведь это

нечестно, Витя не сможет тебя догнать». Неправильно уговаривать Витю играть в пятнашки, потому что «ты можешь бегать, а Витя делать этого не может» и т. п. На самом деле дети могут гибко подстраиваться и играть в определенных границах, скорректировав свое поведение.

• Учите своего ребенка относиться к ребенку-инвалиду с особым вниманием и добротой, проявлять к нему симпатию. Опыт общения с «другими» детьми очень полезен для здоровых детей. Так они понимают, что есть кто-то, нуждающийся в защите и внимании, и это делает их добрее и терпимее.

Что учесть на будущее

• Чтобы избежать неловких ситуаций, в которые вы можете попасть, встретив взрослого инвалида или ребенка-инвалида, лучше заранее подготовить своего ребенка. Расскажите ему о том, что, к сожалению, некоторые люди появляются на свет с врожденными недостатками. Такие люди страдают не только от своих болезненных ощущений, но и от невозможности приспособиться к нормальному образу жизни. Их физические возможности сильно ограничены, и если они не могут ходить, то передвигаются в инвалидных колясках, если это глухонемые люди, то они вынуждены общаться с помощью пальцевой азбуки и т. д. Их жизнь состоит из сплошных препятствий, которые они преодолевают ежедневно. Поэтому необходимо, чтобы отношение здоровых людей к людям, обделенным здоровьем и имеющим физические проблемы, не стало еще одним препятствием, которое им нужно будет преодолевать.

• Важно, чтобы здоровые дети не пугались детей-инвалидов и умели с ними общаться. Им будет только полезно уметь общаться с теми, кто имеет меньше возможностей, чем они. Ведь ребенок совсем «не такой» внешне – это тоже человек, тоже личность, и он нуждается в том, в чем нуждается любой человек и любая личность.

8
Ребенок не ложится спать

«Не хочу спать! Не пойду спать!» – ныл пятилетний Ваня, хотя сам чуть ли не падал от усталости. Мама уже полчаса пыталась отправить сыншку в постель, но тот всеми силами сопротивлялся.

Ваня весь вечер был увлечен строительством гаража из конструктора. Несмотря на то, что глаза его уже слипались, он никак не желал бросать свое занятие. Как мама не понимает его, не может же он оставить гараж недостроенным… и уйти спать.

Почему ребенок так себя ведет

Практически все родители сталкиваются с проблемой, когда их ребенок не желает идти спать. Родителям хочется отдохнуть в конце дня, а их чадо и не собирается отправляться в кровать. Родителей сердит то, что своим нежеланием вовремя ложиться спать и быстро засыпать ребенок постоянно нарушает их планы, не дает побыть наедине, поработать или спокойно посмотреть фильм.

Отправляя детей спать, мы заставляем их делать то, чего хотим сами, но чего нисколько не желают делать они. А не желают дети спать по разным причинам.

Для одного ребенка лечь спать – это значит расстаться с каким-нибудь интересным занятием или покинуть приятное общество. Другому – очень хочется досмотреть какую-то телепередачу.

Дети знают, что мы, взрослые, еще не ложимся спать, и им кажется, что во время сна они пропускают все самое интересное.

Некоторые дети боятся темноты. Может быть, у ребенка были страшные сновидения, из-за которых могла возникнуть неприязнь ко сну.

Иногда родители, пытаясь уговорить ребенка лечь спать, слишком потакают ему, и ребенок усваивает, что отход ко сну – хороший повод для манипулирования взрослыми.

Что делать?

• Чтобы было проще справляться с этой проблемой, нужно придерживаться определенного режима. Постарайтесь укладывать спать ребенка в одно и то же время, возможное отклонение – плюс-минус полчаса.

• Чтобы необходимость идти спать не вынуждала ребенка прекратить делать что-то интересное, незадолго до сна не допускайте начала длинного увлекательного занятия.

• Всегда заранее предупреждайте малыша, что ему через некоторое время придется идти спать. Не прерывайте резко игру или общение ребенка. Дождитесь подходящего момента, например, когда ребенок закончил рассказывать гостю какую-то историю.

• Малыши тяжело воспринимают необходимость ложиться спать, так как видят, что взрослые сами в постель еще не собираются. Поэтому не демонстрируйте ребенку, что вы ждете – не дождетесь, когда он, наконец, ляжет спать. Лучше объясните малышу, что вы тоже скоро пойдете спать, только закончите свои дела. Постарайтесь иногда все ложиться спать одновременно, чтобы ребенок понял, что ночью все спят и ничего интересного в это время не происходит.

• Иногда дети не желают ложиться спать из-за страха темноты. Оставьте у кроватки малыша включенный ночник. Перед тем как выйти из комнаты, выключите свет, обнимите ребенка, расскажите сказку.

• Для некоторых детей уговоры отправиться спать – это повод поторговаться с родителями и что-нибудь у них выпросить. Не допускайте, чтобы сон становился предметом шантажа.

• Дети быстро усваивают, что «торг уместен», и начинают выдвигать свои условия. Не поддавайтесь на такие провокации, иначе вам придется постоянно находить все новые и новые стимулы.

• Никогда не угрожайте ребенку сном и не используйте сон в виде наказания! Например: «Не капризничай, а то спать уложу!» или: «Раз ты не слушаешься, то телевизор смотреть не будешь, а пойдешь спать!».

• Для того, чтобы ребенку легче было идти спать, выработайте определенный ритуал отхода ко сну и ежедневно соблюдайте его:

○ начните с уборки игрушек;

○ затем переходите к вечернему туалету, во время которого придумайте какую-нибудь спокойную игру с водой или с пеной;

○ помогите малышу надеть пижаму;

○ почитайте книжку (или послушайте какую-нибудь сказку в записи);

○ уложите спать любимую игрушку (например, куклу или мишку) или позвольте взять ее с собой в постель;

○ спойте ребенку колыбельную песенку (известную или придуманную вами специально для своего малыша);

○ погладьте ребенка по голове, скажите ему ласковые слова, подоткните одеяло, чтобы ему было уютно и тепло;

○ подскажите малышу что-нибудь хорошее, о чем бы он мог думать, засыпая;

○ поцелуйте друг друга и пожелайте спокойной ночи.

Что учесть на будущее

• Чтобы облегчить процесс укладывания ребенка в постель, примерно за два часа до сна не разрешайте ему смотреть фильмы, играть на компьютере.

• Также отмените шумные игры, развлечения и забавы, после которых ребенок долго не может успокоиться и перестать шалить.

• Исключите громкие разговоры и «выяснение отношений» перед сном.

• Лучше всего перед отходом ко сну проводить с ребенком спокойные занятия, в процессе которых снимается эмоциональное возбуждение. Ребенок будет их ждать и тем самым настраиваться на спокойный ритм.

• Учтите, что время отхода ко сну – это время эмоциональной близости с ребенком. Иногда некоторым детям нужно немного поговорить перед сном.

• Если днем произошел конфликт, то перед сном очень важно помириться, чтобы ребенок мог спокойно уснуть. Иначе обида или чувство вины могут вылиться в ночной кошмар.

• Не забывайте говорить своему ребенку о том, как вы его любите.

• Теплое и эмоциональное общение перед сном с ребенком – это залог того, что, когда малыш подрастет, у него будет потребность обязательно пообщаться с вами перед сном, рассказать о своих удачах и проблемах, поделиться мечтами.

9
Ребенок берет чужие вещи

На тропинке, ведущей от калитки к дачному домику, показался Павлик. Он запыхался, так как тащил в руках большого игрушечного коня. Лицо его все светилось от счастья. Он зашел на соседний участок к приятелю, а того не оказалось дома. Павлик не смог пройти мимо красовавшегося на траве коня и «прихватил» его с собой.

«Теперь это будет моя лошадка», – радостно сообщил Павлик родителям, вышедшим ему навстречу. Папа еле сдерживал смех при виде своего карапуза, бодро волочащего игрушку с него размером, а мама нахмурилась и приготовилась к серьезной беседе…

Почему ребенок так себя ведет

Практически каждый ребенок хоть раз в жизни взял чужое. Маленькие дети еще не понимают, что такое собственность, не могут руководить своими действиями. Им трудно сдерживать свои желания и порывы, они действуют импульсивно: если что-то понравилось, то ребенок берет.

Дети в возрасте примерно до 6–7 лет вообще живут в особом мире, где реальность и их фантазии неразделимы. Малыш пока не различает «моя вещь» – «чужая вещь». Захотелось – взял. Осознать свой дурной поступок он еще не может.

Как правило, основной причиной детского воровства является сильное желание завладеть чем-либо. Маленький ребенок просто не в состоянии справиться с ним. Он может взять понравившуюся ему игрушку у сверстника и принести домой.

Иногда ребенок, движимый желанием сделать приятное кому-то из близких (обычно маме), решает сделать подарок. В результате он берет чужую вещь и дарит ее маме. То, что это воровство и он поступает неправильно, ему просто не приходит в голову.

Ребенок также может «найти» какую-то вещь, которая ему не принадлежит, и оставить ее себе, считая это вполне естественным.

Иногда дети берут чужое для того, чтобы привлечь внимание сверстников к себе как к обладателю какой-то вещи.

Часто ребенок копирует поведение взрослых, когда видит, как родители забирают вещи с работы или из магазина.

Бывает так, что ребенок считает, будто ему чего-то не хватает. Например, его друзьям дают карманные деньги, а его родители не видят в этом надобности. Малыш начинает воровать деньги, чтобы удовлетворить свои потребности.

Некоторые дети могут украсть, желая наказать кого-либо или отомстить ему.

Воровство может быть реакцией на семейное неблагополучие. Когда родители слишком поглощены собственными проблемами, ребенок чувствует себя одиноким и заброшенным. Ему начинает казаться, что родители его не любят или что к нему несправедливы. И тогда он может взять у мамы из сумки деньги или какую-то вещь, но всегда таким образом, чтобы пропажа была легко обнаружена. Сами деньги ребенку не очень-то и нужны. Он бессознательно стремится привлечь внимание родителей, пусть даже это будет гнев, возмущение и наказание. Когда тебя наказывают, это все же лучше, чем когда тебя вообще не

замечают.

Подтолкнуть к воровству ребенка могут и ошибки в системе воспитания, когда отсутствует последовательность (в одной ситуации ребенка наказали, а в другой – «закрыли глаза») или когда требования взрослых несогласованны (мама запрещает, а папа разрешает).

Что делать?

• Проводите с ребенком беседы о воровстве, разъясняя ему, что является, а что не является воровством. Такие беседы можно проводить уже в возрасте с четырех лет (в зависимости от способностей ребенка).

• Убедите ребенка в том, что нельзя даже трогать чьи-либо вещи без разрешения.

• Объясните ребенку, что воровство может стать причиной потери друзей, потери доверия, а также неприятного чувства после кражи.

• Ребенок должен знать, что в случае воровства с вашей стороны последуют решительные меры с неприятными последствиями. Ребенок должен понимать, что украденную вещь необходимо вернуть владельцу, либо за нее придется заплатить.

• Рассказывайте ребенку, и не раз, что чужие игрушки и вещи брать нельзя. Свои рассказы сопровождайте разбором конкретных ситуаций, чтобы ребенку было понятнее, обращайте его внимание на переживания человека, утратившего какую-то вещь.

• Ребенку нужно четко разъяснить, что «найденные» предметы не должны оставаться в его собственности, их нельзя присвоить себе только потому, что хозяина нет рядом.

Детское воровство – очень распространенная проблема, и, чтобы избежать ее, надо понимать, как важна реакция родителей на ситуацию, когда ребенок впервые взял чужую вещь (конечно, ваша реакция будет зависеть от возраста ребенка).

• В любом случае, не обращайтесь к ребенку с вопросом «Как ты мог?», не называйте его вором и не навешивайте ярлыки, предсказывая уголовное будущее, не сравнивайте его с другими детьми («вот Петя так никогда не поступил бы») и т. п.

• Сначала попробуйте разобраться, что же на самом деле произошло. Может быть, ваш малыш просто поменялся с другим ребенком. Если же это игрушка из детского сада, то, понятное дело, ее надо вернуть на место. Но при этом стоит задуматься: возможно, вы не слишком внимательны к потребностям ребенка, и это была именно та игрушка, о которой он давно мечтал?

• Если выяснилось, что игрушка или вещь – собственность другого ребенка, то важно разобраться в нюансах ситуации. Принес ли ребенок эту вещь в дом открыто и сам рассказал о ней, или вы нашли ее спрятанной среди домашних игрушек? Какие взаимоотношения у него с хозяином вещи? Может быть, ваш ребенок хочет обратить на себя его внимание или таким образом выказывает свою власть над более слабым.

• Испытывает ли ребенок чувство вины, когда вещь обнаружена? Если он не стыдится и не жалеет о своем поступке, нужно высказаться строго и однозначно: вещь должна быть возвращена и вы осуждаете произошедшее. Скажите ребенку, что его поступок – плохой и вы надеетесь, что он больше не повторит его.

• Если малыш понимает свою вину, то перенесите акцент на переживания и чувства человека, лишившегося любимой вещи, вместе представьте, как ему было плохо, когда он обнаружил пропажу и т. д.

• Помогите ребенку исправить то, что он совершил – верните вещь или игрушку без излишних унижений и публичных разбирательств.

Что учесть на будущее

• Самая простая мера профилактики детского воровства состоит в том, чтобы его не провоцировать. Убирайте вещи, которые вы не хотите, чтобы ваш ребенок взял, в те места, где он не сможет до них добраться.

• Например, не разбрасывайте деньги по квартире, а храните в недоступном для ребенка месте. Может быть, такое место найти непросто, зато во многих случаях подобной меры вполне достаточно.

• Учтите, что провоцировать кражи может и отсутствие у ребенка опыта обладания собственностью. Очень часто даже в самых обеспеченных семьях дети не имеют личных вещей – то есть не имеют возможности свободно распоряжаться вещами, в том числе дарить, портить и уничтожать. И поэтому не отвечают за них. В этой ситуации ребенок не осознает разницы между «моим» и «нашим». Он может взять из дома вещи, не воспринимая их продажу или дарение как кражу. Важно четко очертить для ребенка границу между его собственными вещами и общими. Какие-то вещи должны быть переданы ребенку в «безраздельную» собственность, чтобы он мог ими пользоваться и распоряжаться по своему усмотрению. При этом ребенку нужно объяснить, что общими вещами он имеет право пользоваться, но не имеет права распоряжаться.

10
Ребенок плохо ест

Саша уже битый час сидел за столом, подперев щеки руками. Бабушка уговаривала его съесть еще ложечку кашки.

Саша не мог на нее даже смотреть, она была такая противная, такая липкая и скользкая. Ему совсем не хотелось класть ее в рот.

За окном светило солнце, и уже вышли гулять его друзья. Саше очень хотелось к ним, но бабушка не разрешала выходить из-за стола, пока он все не съест.

Саша сидел и придумывал, как бы избавиться от этой ненавистной каши. Может быть, выбросить ее в мусорное ведро? Нет, бабушка может заметить. Или положить в карман, а потом, во время прогулки, выбросить на улице? Тоже не подходит, испачкается одежда, и бабушка все поймет. Эх, что же делать с этой кашей?

Почему ребенок так себя ведет

Многим семьям знакомо напряжение, возникающее во взаимоотношениях между родителями и ребенком, который плохо ест, а каждое кормление превращается в битву.

Иногда такую проблему провоцирует отношение взрослых к процессу кормления.

Отчасти это связано с нашим подсознанием, которое находится в плену стереотипа, что упитанный, большой ребенок – это здоровый ребенок. Поэтому обеспечение ребенка достаточным количеством пищи является самым главным выражением материнской любви. Родители начинают буквально «закармливать» своего малыша, а он начинает сопротивляться. Сейчас пища достается гораздо легче и в таком изобилии, что взрослые, помня о прошедших временах, не способны понять, как можно все это не есть, когда это так доступно.

Нежелание есть у ребенка может быть вызвано разнообразными причинами, зависящими как от окружающих условий, так и от состояния самого ребенка.

Чаще всего проблемы с кормлением возникают из-за снижения аппетита у ребенка.

Основной причиной этого является нарушение режима питания. Аппетит быстро утрачивается, если в интервале между двумя кормлениями ребенку дают различные лакомства, а при желании попить ему вместо воды предлагают молоко, сладкие соки или напитки.

Однообразная пища – тоже причина снижения аппетита. Если ребенку готовить одно и тоже изо дня в день, то такая еда ему быстро надоест, и малыш начнет от нее отказываться.

Ошибку допускают и те родители, которые пытаются накормить свое чадо обманом или силой. Например, «Ой, смотри, бежит собачка, она сейчас съест твою кашку, а ну-ка быстрей кушай». Или взрослые дают ребенку порцию гораздо больше, чем положено, а когда встречают сопротивление, то стараются насильно положить ее в рот. Это не приводит к положительному результату, а только формирует у ребенка нежелательный навык: он часами просиживает за столом.

Часто на аппетит ребенка влияют конфликты в семье. Напряженные отношения между родителями, ссоры пугают детей и заставляют их нервничать. Маленькие дети еще толком не понимают того, что мама и папа ссорятся, но отлично чувствуют повисшую в воздухе неприязнь и враждебность, из-за чего капризничают и плохо едят.

К снижению аппетита могут привести не только сильные негативные переживания, но и приятные. Часто веселые и интересные, но затянувшиеся занятия вызывают общее утомление, даже переутомление и потерю у ребенка аппетита.

Отсутствие у ребенка желания есть может быть также вызвано плохим самочувствием из-за какой-нибудь болезни (воспалительный процесс в носоглотке, глисты, болезни почек и т. д.).

Что делать?

• Для маленького ребенка очень важен режим питания. Постарайтесь избегать перекусов: не давайте малышу ничего до очередного приема пищи. Сладости и фрукты лучше оставить на десерт в дополнение к обеду или ужину.

• Если ребенок (не во время еды) захотел пить, давайте ему воду, а не сладкие напитки, соки, что приводит к снижению аппетита.

• Так же как и взрослому, ребенку могут надоесть одни и те же блюда. Даже если ребенок совсем маленький, не стоит все время кормить его однообразной пищей. Постарайтесь сделать рацион малыша как можно более богатым и полезным, так как в различных продуктах содержатся разные витамины и микроэлементы, необходимые ребенку.

• Помните как Дениска из рассказа Виктора Драгунского «Тайное становится явным» ел манную кашу? Он ее крутил-вертел, шлепал ложкой, и, в итоге, выбросил в окно.

• Поэтому старайтесь готовить пищу так, чтобы у нее был аппетитный вкус и запах, красиво украшайте и подавайте блюдо, чтобы у него был привлекательный вид. Например, кашу можно украсить кусочками свежих фруктов или с помощью варенья нарисовать не ней забавную рожицу.

• Старайтесь накладывать ребенку небольшие порции, чтобы его не напугал вид переполненной до краев тарелки.

• Не следует подавать на стол все блюда сразу. Каждое следующее блюдо ребенок должен получать после того, как съест предыдущее.

• Многие дети не любят слишком твердую пищу. Если ребенок плохо ест плотную пищу (запеканки, котлеты), то поливайте ее жидкой подливкой или давайте чем-нибудь запивать.

• Позаботьтесь о том, чтобы ребенку было удобно сидеть за столом. Не торопите малыша, пусть он ест спокойно, тщательно пережевывая пищу. Продолжительность приема завтрака и ужина примерно 15–20 минут, обеда – около 30 минут. Если ребенок ест чрезмерно быстро, то пища усваивается хуже.

• В случае, когда ребенок вдруг отказывается есть то, что ест вся семья и отдает предпочтение какому-то одному блюду, постарайтесь проявить терпение и гибкость. Может быть, таким образом ваш малыш хочет заявить о себе как о личности и о том, какой у него избирательный вкус. Вы увидите, что, если не акцентировать на этом внимание, то напряжение быстро спадет и

ваш ребенок опять будет есть то же, что и вся семья.

• Не пытайтесь накормить ребенка обманом или силой. Такие методы очень скоро могут отбить у ребенка аппетит. Родительские уловки вроде «ложечку за маму, ложечку за папу» не очень-то проходят, ведь ребенок прекрасно понимает, что под видом игры ему пытаются скормить нежеланное блюдо.

• Не прибегайте к угрозам или шантажу. Например: «Не съешь суп – не пойдешь гулять!». Такие методы приведут к тому, что ребенок перестанет вам верить и начнет бояться. Аппетит от этого не улучшится, а атмосфера в семье может стать хуже.

• Вообще на аппетит ребенка очень сильно влияет атмосфера в семье. Поэтому избегайте громких выяснений отношений, конфликтов и ссор, особенно во время еды. Когда ребенок нервничает, у него может совсем пропасть аппетит.

• Если ребенок отказывается от пищи «ни с того ни с сего», то это может быть признаком начинающейся болезни.

• Не пытайтесь во чтобы то ни стало накормить ребенка, если у него плохое самочувствие. Если ребенок болеет, то посоветуйтесь с врачом по поводу его рациона, иногда бывает достаточно обильного питья.

• Необходимо помнить, что в жаркое время года у большинства здоровых детей аппетит обычно снижается. Жара вызывает повышение жажды и понижение аппетита, в особенности к жирной пище. Под влиянием перегревания уменьшается выделение пищеварительных соков. Поэтому учтите, что настойчивое кормление детей в жаркие месяцы, не считаясь с состоянием ребенка, может привести к острым расстройствам пищеварения.

Что учесть на будущее

Родители служат ребенку образцом правильного отношения к питанию. Проявляйте позитивное отношение к различным продуктам и блюдам, ведь вы – пример поведения за столом, по этому старайтесь есть вместе с ребенком ту же пищу.

• Во время еды беседуйте с ребенком и вовлекайте его в процесс общения. Очень важный социальный смысл имеют семейные обеды. Поэтому приобщайте своего ребенка к этому процессу, чтобы он мог получать удовольствие не только от приема пищи, но и от общения. Пусть ваш малыш учится не только ловко управляться с ножом и вилкой, но и овладевает искусством беседы, выражая собственные мысли и слушая мнения других.

• Относитесь к ребенку как личности, у которой тоже могут быть свои предпочтения и вкусы, пусть ребенок участвует в составлении меню, уважайте его выбор, приготовьте ему то, что он хочет.

• Попробуйте вовлечь ребенка в приготовление некоторых блюд. Если ребенок будет помогать вам, он с удовольствием и съест то, что было приготовлено с его участием.

• Уже с 3 лет ребенка можно привлекать к сервировке стола, уборке и мытью посуды.

• Помните, что дети, которые мало гуляют и недосыпают, как правило, плохо едят. Поэтому не забывайте о том, что для хорошего аппетита важны частые прогулки на улице, подвижные игры и спокойный сон.

11
Ребенок много смотрит телевизор

У Кости обычная семья – его мама и папа работают. Когда они приходят с работы, то дома их тоже ждет много дел: им надо и ужин приготовить, и прибраться. А еще хочется после трудового дня хоть немного отдохнуть.

Маленькому Косте говорили: «Посмотри мультик полчасика, потом мама с тобой поиграет». Так и повелось: сначала Костя действительно смотрел полчасика, но потом начал просить посмотреть еще, потом «еще капельку». Позже Костя стал отказываться ходить на прогулки, а затем на слова мамы «давай, сынок, поиграем или почитаем» стал отвечать: «Я лучше телевизор посмотрю».

В результате, не имея ни возможности, ни желания занять себя чем-то интересным или полезным, Костя стал часами просиживать перед экраном. Уткнется в телевизор – и весь там: переживает, пугается, негодует, лицо напряженное… Так Костя попал под гипноз изображения – он был больше не в силах оторвать взгляд от экрана.

Произошло это, конечно, не сразу, постепенно, поэтому родители только спустя некоторое время заметили, что телевизор для сына стал просто наркотиком, без которого он уже не мог.

Почему ребенок так себя ведет

Обычно дети копируют модель поведения взрослых. Например, мама, как только входит в дом, сразу включает телевизор «для фона», ребенок привыкает, что телевизор все время включен и, соответственно, сам постоянно включает его.

Родители считают, что они фильтруют информацию и смотрят только важные новости, но ребенок еще не осознает этой фильтрации, он просто видит постоянно включенный телевизор.

Или уставший после работы папа отдыхает перед телевизором. Ребенок считает, что ему тоже необходим такой отдых и также усаживается перед телевизором после своего «трудового дня» в детском саду или в школе.

Обычно поступающая информация в таких случаях неинтересна ребенку, его «захватывает» сам процесс просмотра телевизора, мелькания кадров.

Существует и еще одна причина – ребенку некомфортно, когда он находится дома один. Тихо как-то, страшновато. А когда включаешь телевизор, то квартира наполняется звуками, «оживает». Таким образом ребенок избавляется от одиночества и пустоты, пытаясь заменить себе общение.

У современных вечно занятых родителей не хватает времени на общение со своими детьми, поэтому они оставляют детей «под присмотром» суррогатной няни – телевизора, надеясь на его развлекательный и развивающий эффект.

Некоторые мамы, проводящие дома с ребенком целый день, используют телевизор как отдушину – малыш сидит тихо и у мамы есть возможность заняться своими делами или отдохнуть.

Дети быстро привыкают к пассивному времяпрепровождению у телеэкрана. Ведь это очень легко – получать впечатления и удовольствие, ничего не делая. Да и многих родителей такое положение дел устраивает, правда, до поры до времени.

Зависимость ребенка от голубого экрана начинает настораживать родителей, когда они понимают, что уже не в силах оторвать сына или дочь от завораживающего потока телекартинок. Только тогда они начинают задумываться о разрушительном воздействии телевизора на здоровье и психику ребенка.

Что делать?

• Четко ограничьте время просмотра. Не включайте телевизор утром до ухода в детский садик или школу. Маленькие дети перевозбуждаются от раннего телепросмотра. Кроме того, эмоциональному и впечатлительному ребенку не нужно смотреть телевизор непосредственно перед сном. Исключение можно сделать лишь в том случае, когда просмотр любимого мультика стал частью ритуала перед отходом ко сну, так же как чистка зубов и одевание пижамы. Малыши любят, когда все идет «по плану».

• Всегда сами предварительно просматривайте телепрограммы, которые собираетесь показать ребенку. Каждая из детских телепрограмм (это касается и мультфильмов, и фильмов-сказок) рассчитана на определенный возраст. Поэтому в первую очередь стоит отдавать предпочтение той программе, которая будет понятна именно вашему ребенку – исходя из его возраста и индивидуальных особенностей развития. Попытайтесь встать на место своего малыша, вспомните, что нравилось вам во времена своего детства.

• Не оставляйте ребенка наедине с телевизором, превращая его в электронную няню. Смотрите передачи вместе и обязательно объясняйте и комментируйте происходящее на экране. Помогайте ребенку осмыслить увиденное.

• Родительские комментарии особенно важны детям в возрасте от 3 до 7 лет, когда взрослые способствуют правильному формированию их жизненного восприятия. Для этого нужно правильно интерпретировать экранные изображения. Очень важны для детей объяснения про реальность и вымышленность. Ребенок должен понимать, что в реальной жизни возможно далеко не все, что возможно в мультфильме или фильме.

• Побуждайте ребенка рассказывать о том, что он увидел, понял в телепередаче. Задавайте вопросы о том, где ему могут пригодиться эти знания.

• Наблюдайте за тем, что взволновало ребенка, и говорите с ним об этом. Пусть ребенок учится выражать свои чувства и мысли.

• Если вы заметили нежелательные изменения в поведении ребенка после определенных программ, то постарайтесь исключить их просмотр.

• Замените просмотр наиболее неподходящих телепередач на совместные прогулки, игры с ребенком, чтение.

• Помните, что для ребенка очень важен пример взрослых.

Родители, сами страдающие телеманией, вряд ли отучат от нее своего ребенка.

• Если ребенку не предлагать альтернативу сидению у голубого экрана, то он никогда и не узнает, что телевизор лишь небольшая и далеко не самая интересная часть жизни. Помните: то, что окружает ребенка в детстве, определяет всю его последующую жизнь.

Что учесть на будущее

Негативные последствия длительного пребывания у телевизора индивидуальны и по-разному проявляются у разных детей. Тем не менее родителям следует о них знать и помнить.

Вот основные из них:

○ **Телевизор нарушает процесс развития ребенка.**

Ребенок, который проводит много времени перед телевизором, не может действовать активно-подражательно, как требуется в младшем возрасте. Он сидит перед экраном неподвижно и не делает самого важного, столь необходимого ему в годы развития – не двигается физически, не подражает процессам вокруг, не вырабатывает ловкости, не действует осмысленно.

○ **Телевизор обедняет и сковывает фантазию.**

Во время длительных просмотров воображение ребенка отключается и, в дальнейшем, не развивается из-за пассивного потребления информации. В результате, ребенок постоянно ждет, что необходимая информация поступит извне, и становится практически неспособным самостоятельно генерировать собственные идеи, неспособным на активное творческое мышление.

○ **Телевизор мешает ребенку сосредоточиться.**

Избыток аудиовизуальной стимуляции провоцирует дефицит внимания, поэтому задерживается развитие способности к сосредоточению, из-за чего, в свою очередь, страдает способность к обучению. Чем больше ребенок смотрел телевизор в раннем детстве, тем выше риск, что его успеваемость в школе будет оставлять желать лучшего.

○ **Телевизор вызывает проблемы со сном.**

После длительного просмотра телевизора у всех детей, от малышей до подростков, наблюдаются затрудненное засыпание, ночные кошмары или внезапные пробуждения.

○ **Телевизор способствует ожирению.**

Дети, часами просиживающие перед экраном, испытывают недостаток физической активности и постоянный соблазн перекусить из-за бесконечной рекламы, пропагандирующую калорийную пищу. Вдобавок к этому, из-за негативного влияния телевизора на сон, пища хуже усваивается, так как недостаток сна непосредственно воздействует на механизмы пищеварения и усвоения жиров.

○ **Телевизор развивает склонность к насилию.**

Когда просмотр жестоких сцен становится регулярным, то чувствительность к ним теряется. Так постепенно ребенок привыкает к насилию. Кроме того, теленасилие детям кажется безнаказанным, и они учатся хладнокровно его воспроизводить. Ребенок начинает проецировать на реальность то, что усвоил, сидя у экрана: маленькие дети еще не в состоянии понять, что модель поведения, которую они выносят из содержания некоторых фильмов, совершенно не соответствует действительности.

○ **Телевизор меняет детское мировосприятие.**

Избыток насилия на экране может заразить ребенка не только агрессией. Из-за острого чувства тревоги, которое вызывают сцены насилия, индивидуальное, личностное мышление заменяется групповым. У ребенка развивается стадный инстинкт, что препятствует личностному развитию ребенка. Такой ребенок легче становится ведомым и поддается влиянию.

○ **Телевизор вызывает неестественное возбуждение и гиперактивность.**

Ребенок, сидящий часами перед экраном, внимательно смотрит в одну точку, при этом все мышцы тела (не только глаз) напрягаются в неподвижности. В результате ребенок не только не двигается физически, не только не отрабатывает координацию движений, не обучается, подражая окружающим, не только лишен возможности осознанно действовать, а он еще и испытывает неестественное напряжение неподвижности, которое позже компенсируется состоянием неестественного возбуждения. Вот почему дети после длительного просмотра телевизора некоторое время не могут ничем определенным заняться, пребывают в плохом настроении или ведут себя расторможено. У детей идет агрессивная и неупорядоченная разрядка накопленной и неизрасходованной энергии.

○ Телевизор вреден для глаз.

Длительные просмотры телевизора вызывают перенапряжение аккомодационных мышц глаз, в результате чего у маленького ребенка могут возникнуть косоглазие, близорукость или другие расстройства зрения.

Учтите также, что в полуметре от работающего телевизора зашкаливает прибор для измерения статического электричества. Интенсивность же электромагнитного поля в этом радиусе сравнительно невысока, но именно такое слабое поле способно вмешиваться в электрофизиологические процессы в клетках человека. В результате, если ребенок подолгу не расстается с телевизором, то возможны такие проблемы, как головная боль, бессонница и даже задержка роста.

Психологи рекомендуют, чтобы ребенок до четырех лет не смотрел телевизор вообще. После шести лет не более часа в неделю. После десяти лет – 2–3 часа в неделю. После шестнадцати лет ограничения можно снимать.

Поэтому просмотр телепередач должен быть строго дозирован: в полтора-два года не стоит смотреть телевизор более 15 минут в сутки, после трех лет это время можно увеличить до получаса, к школьному возрасту – до часа-полутора с перерывами не менее 15–20 минут. Причем расстояние до телевизора должно быть не менее 2 метров. Не рекомендуется смотреть телевизор лежа и при выключенном свете. Экран должен располагаться на уровне лица, не ниже и не выше – это снижает нагрузку на мышцы спины и шеи.

12
Ребенок часто обманывает

Денис играл со своей младшей сестренкой в детской комнате. Мама была на кухне и готовила что-то вкусное. Тут сестренка начала отбирать у Дениски игрушки и толкать его. Денис тоже толкнул маленькую сестренку. Она упала, больно ушиблась и очень сильно заплакала. На ее плач из кухни прибежала мама. На мамин вопрос: «Почему она плачет?», Денис ответил, что она упала. Мальчик боялся, что мама, узнав правду, рассердится и отшлепает его. Сестренка плакала все громче, и страх быть наказанным еще больше овладевал Дениской, он продолжал твердить свое: «Она сама упала, сама».

Почему ребенок так себя ведет

Одна из главных причин лжи ребенка – это страх перед наказанием, унижением, осуждением со стороны родителей и окружающих. Этот страх не появляется в душе малыша беспричинно. В нем виноваты взрослые. Дети очень впечатлительны, и слова, которые родители и взрослые произносят в адрес ребенка, остаются в его сознании, побуждая прибегать к обману вновь и вновь, лишь бы избежать порицания.

Другой причиной детской лжи может быть желание самоутвердиться. Желание быть успешным, находиться в центре внимания, стремление быть принятым большинством, заставляют **ребенка обманывать**. Все начинается с маленькой лжи. А, немного приврав один раз, появляется необходимость поддерживать эту ложь все новым и новым обманом, получая за это вознаграждение – внимание, признание, восхищение.

Дети обманывают еще и в случае, когда им тяжело соответствовать предъявляемым требованиям. Часто родители превозносят свое чадо, сулят ему блестящее будущее, не принимая во внимание истинные способности и наклонности ребенка. Боясь разочаровать родителей, не оправдать возложенных надежд, ребенок может начать обманывать. Ошибаются и те родители, которые заранее выбирают для ребенка путь, которым он должен идти, и принуждают его не отклоняться от «заданного маршрута». От подобного воспитания дети не становятся счастливее, а только зарабатывают себе различные комплексы, которые затем мешают им во взрослой жизни.

Еще одна из причин детской лжи – недостаток родительского внимания. Желание почувствовать собственную значимость подчас побуждает ребенка привлекать внимание родителей ложью. Ребенок предпочитает быть наказанным, чем проигнорированным. Малыш начинает умышленно говорить неправду, чтобы обратить на себя внимание папы и мамы.

Причиной, побуждающей детей врать, также является ложь родителей, свидетелем которой он становится в обыденной жизни.

Самый благородный мотив детской лжи – это ложь «во спасение». Ложь, за которую сложно наказывать. Ради спасения друга от неприятностей, ребенок готов пожертвовать своими интересами и понести чужое наказание.

Еще один вариант детской лжи – это откровенная игра, фантазирование. *Маленькие дети иногда обманывают* из-за

неумения отличать реальность от вымысла. Это не ложь и не обман, потому как сам ребенок искренне верит в то, что говорит, даже если все факты говорят об обратном. В данном случае это фантазия, а не ложь.

Что делать?

Когда ребенок начинает лгать, это не значит, что обман станет его привычкой на всю жизнь. Это значит, что ребенок переживает трудный период и нуждается в помощи, у него накопились проблемы. Они требуют анализа со стороны взрослых. Одним из важных воспитательных моментов в этот период являются ваши поступки. Требуя честности от детей, задумайтесь, всегда ли вы правдивы по отношению к ним.

Здесь очень важен личный пример.

• Постарайтесь создать в семье такую атмосферу, чтобы ложь никогда не требовалась в принципе. Приучайте ребенка к мысли, что честность – это самый достойный способ поведения.

• Если ребенок вам доверяет и знает, что после его откровенных признаний не последует суровое наказание, он с большей вероятностью будет говорить правду. Прежде чем импульсивно пресекать любой обман, попытайтесь понять истинные мотивы поступков. Возможно, ребенок боится, что вы станете считать его плохим, если он расскажет вам правду. Чтобы этого избежать, делитесь опытом собственных неудач и рассказывайте, как вы с ними справлялись. Будьте честны сами, всегда держите свое слово и всегда поощряйте ребенка, если он сказал вам правду, которую вы могли бы никогда не узнать. Выслушав «горькую правду», выкажите малышу понимание и сочувствие, не проявляя агрессии. Важно не кричать, не обвинять и не унижать малыша, так как агрессивная реакция со стороны взрослых на обман ребенка является стимулом для дальнейшего обмана. Именно спокойная ответная реакция на слова ребенка поможет ему убедиться, что в действительности «горькая правда лучше сладкой лжи».

• Если вы твердо знаете, что ребенок лжет вам прямо в глаза, скажите ему: «Мда… Ты сейчас рассказал очень занимательную историю», – давая ему понять, что отличаете ложь от правды.

• Никогда не спрашивайте у ребенка, правда ли то, что он сейчас рассказывает, потому что это как раз и поставит его в ситуацию обмана.

• Старайтесь не разоблачать ребенка, особенно прилюдно.

• Если обман связан с отрицанием совершения поступка, скажите: «Мы все иногда поступаем не так, как нужно. Ты хороший человек, давай вместе решим, как нужно сделать».

• Если ребенок обманывает для самоутверждения, то вашей приоритетной задачей будет показать ребенку, как можно самоутверждаться, не прибегая к обману. Примеры из

собственных жизненных ситуаций, помощь, а главное, участие в решении детских проблем – вот что поможет малышу поверить в свою индивидуальность. Предупредите своего лгунишку, что таким способом он может растерять всех друзей, утратив их доверие. И тогда ребенок будет не «сочинять себя», чтобы быть более значимым для окружающих, а добиваться желаемого успеха посредством правдивых историй.

• Когда ребенок лжет для того, чтобы оправдать возложенные на него надежды, стоит задуматься о том, что вы неосознанно заботитесь о собственном покое и только потом о малыше. Стремясь создать иллюзию благополучия и беспокоясь о том, что скажут о вашей семье окружающие, вы забываете о решении существующих проблем. Бездарных детей не бывает, нужно только определить характер способностей, скрытый потенциал. Постарайтесь разглядеть и раскрыть его в своем ребенке, и тогда ему не придется лгать, преувеличивая свои достижения, чтобы заслужить родительское внимание и одобрение.

• Если причина лжи в недостатке родительского внимания, тепла, заботы и участия, то тогда вам стоит уделять больше времени своему ребенку, играть, разговаривать, а главное, разбираться в тревогах малыша и постараться их устранять. Другими словами необходимо стать для ребенка другом, который всегда поймет, пожалеет и даст совет.

• Если ребенок солгал, защищая друга или спрятав бездомного щенка, то это может означать, что в нем говорят такие чувства, как сострадание, забота, ответственность, справедливость. Редкий родитель стал бы наказывать за подобные достойные качества. Однако, тем не менее, ложь, хоть и «во спасение» игнорировать нельзя. Обязательно поговорите с ребенком о мотивах и последствиях такого поступка, примените заранее обговоренные меры (в случае лжи), но уже не как наказание, а как исполнение условий договора, чтобы все было честно и справедливо.

• Если ваш ребенок – фантазер, отнеситесь к нему с пониманием. Ребенку требуется много времени, чтобы уяснить разницу между действительностью и мечтой. До 7 лет малыши часто путают, что происходит на самом деле, а что – «понарошку». Воображение – это ценный жизненный дар, и не следует его разрушать, необходимо только направлять его в надлежащее русло.

Что учесть на будущее

• Чтобы научить ребенка правильному «честному поведению», нужно, проявлять внимание к малышу и понимание.

• Нельзя требовать от ребенка честности, если сами родители не будут честными даже в мелочах. Если родители обманывают друг друга, знакомых, друзей и не считают, что это плохо, то они тем самым толкают его к обману. Ребенок усваивает такое поведение как норму.

• Пересмотрите свой собственный образ жизни и ответьте себе на вопрос: «Делаете ли вы сами то, что осуждаете в поведении ребенка?».

• Следите за тем, о чем вы говорите со своими друзьями в присутствии ребенка или по телефону, не хвастайтесь тем, как вам удалось обхитрить продавца в магазине или уйти от уплаты налогов.

• Разъясняйте малышу основные жизненные ценности, чтобы сформировать в нем необходимые нравственные убеждения.

• Помогайте ребенку развивать чувство собственного достоинства. Это возможно только тогда, когда он будет твердо знать, что его любят, понимают и принимают в любых ситуациях.

13
Ребенок сочиняет небылицы

Вернувшись после летнего отдыха в детский садик и рассказывая друзьям о своих новостях, пятилетний Костя нарисовал такую картину: «Мы жили в большом доме около синего моря, и каждое утро к нам приплывал говорящий дельфин. Он разговаривал только со мной…».

Дети наперебой хвастались, кто и как провел лето. Вот и Костя решил «не ударить в грязь лицом», буквально ошеломив своих друзей такой новостью.

На самом деле «большим домом» был санаторий, где малыш долго пробыл на лечении. Хоть его сверстников в санатории было и немало, но Косте не удалось там завести друзей. Вот он и придумал себе такого друга – говорящего дельфина.

Почему ребенок так себя ведет

У маленьких детей существует огромная потребность в новых впечатлениях, но возможность их переработки и активного усвоения еще затруднена. Детский мозг постоянно должен справляться с избытком внешней информации и недостатком опыта и знаний, необходимых для понимания и объяснения окружающего.

Замечательным средством, помогающим противостоять внешнему потоку информации и позволяющим трансформировать исходный материал, является воображение.

С помощью воображения ребенок достраивает картину мира, восполняя пробелы знаний и опыта, и часто таким образом избавляет себя от разрушительного действия отрицательных эмоций.

В начале у детей наиболее ярко проявляется познавательная направленность воображения: стремление познать окружающий мир, проник нуть в суть предметов и явлений. Затем, ближе к школьному возрасту, ведущей становится приспособительная функция воображения. В этом возрасте важно уже не только, чтобы ребенку самому было интересно и понятно, но чтобы и другим с ним было интересно. На первый план выступает желание привлечь к себе внимание окружающих, вовлечь их в процесс общения. Ребенку хочется удивлять, получать сочувствие и интерес к собственной жизни.

Поэтому одной из особенностей развития детей 4–5 лет является бурный расцвет фантазии. В этом возрасте дети начинают рассказывать невероятные истории.

Фантазия нередко облегчает ребенку жизнь. С помощью нее он может получить все то, о чем мечтает, но не может иметь другим путем. И он выдумывает небылицы и разрешает ими проблемы своей жизни. Обычно в вымыслах ребенка он сам герой своих рассказов, это ему нравится и воодушевляет его.

Иногда фантазии – не просто вымысел чего-то невероятного, они имеют под собой почву, которая их взрастила. В них – то, чего не хватает ребенку реально. Такие фантазии – это его намек и просьба, чтобы родители поняли и догадались о том, что необходимо малышу, и помогли превратить желаемое в реальность.

Иногда желание ребенка чтобы вымысел был правдой настолько сильно, что он делается практически реальным. Малыш рассказывает о нем, как о действительно имевшем место событии и невольно верит сам тому, что говорит.

Бывает и так, что в жизни наступают моменты, когда реальность становится непереносимой, и тогда ребенок заменяет ее фантазией. Это особенно свойственно детям, живущим в тяжелых социальных условиях. Фантазия также помогает пережить периоды неизбежных лишений (например, во время болезни или после травмы).

Фантазия позволяет детям освободиться от постоянного контроля и вмешательства извне. Время от времени ребенку просто необходимо побыть наедине с собой, погрузившись в собственные мысли. Неважно как, – глядя в окно или уставившись в потолок, – главное, остаться наедине со своими мыслями, чтобы пережить ту или иную ситуацию в своих фантазиях и обрести душевный покой и равновесие. Переживая проблему мысленно, ребенок может представить себе ее не столь драматичной, и тогда фантазия помогает выстоять.

Часто фантазии маленьких детей становятся своего рода подготовкой к будущим событиям, к взрослой жизни. Пожалуй, нет ребенка, который не играл бы в «дочки-матери» или не изображал бы врача или шофера. Дети очень любят ролевые игры. В придуманной ситуации они могут лучше почувствовать, что собой представляет взрослый мир. Проигрывание определенных ролей помогает ребенку справиться с новыми задачами и выстраивать отношения со сверстниками и взрослыми.

Что делать?

Многих родителей пугает, когда ребенок рассказывает то, чего не было на самом деле. Взрослые боятся, не вырастут ли их дети закоренелыми фантазерами.

Такие волнения напрасны. Научиться отличать фантазию от реальности – одна из самых сложных задач, с которой сталкивается маленький ребенок. Неспособность провести грань между фантазией и реальностью сохраняется у детей примерно до 7–8 лет.

Поэтому единственно правильной реакцией на подобные истории будет спокойное и заинтересованное отношение родителей к рассказам ребенка.

• Не называйте фантазии ребенка ложью, не ругайте и не наказывайте его. Постарайтесь помочь ребенку понять, насколько наши желания могут влиять на наши мысли. Например, ребенок рассказывает всем небылицу про то, как ему подарили щенка. Скажите малышу: «Я представляю, как сильно тебе хочется собаку, если ты действительно поверил в то, что она у тебя уже есть. Но тебе придется сказать друзьям, что это не так». Таким образом вы покажете ребенку, что понимаете, как сильно желание может влиять на воображение, не уязвляя его самолюбия.

• Проникнуть во внутренний мир ребенка-фантазера, в мир его чувств и переживаний вам поможет общение на уровне воображения, активное участие в его играх, самое серьезное исполнение отведенной вам роли в игре. Помните, пока ребенок приглашает вас фантазировать вместе, душа его открыта.

• Учтите, что вы можете лучше понять ребенка благодаря его фантазиям. Когда ребенок увлечен определенными фантазиями, легче разобраться в чем истинная проблема.

• Например, если ребенок придумывает себе необычных друзей, приглядитесь – не одинок ли он, есть ли у него друзья?

• Если малыш создает в воображении странных, несуществующих героев-заступников, задумайтесь: не обижает ли его кто-нибудь? Обратите внимание на то, как складываются его отношения со сверстниками.

• Понимание несложной символики детских фантазий часто помогает родителям узнать желания, тревоги, страхи ребенка, и тогда становится возможным предотвратить многие неприятности.

Что учесть на будущее

• Очень важно подобные рассказы не квалифицировать как ложь, что совершенно несправедливо и обидно для ребенка. Такие истории не являются ложью хотя бы потому, что они не приносят ребенку никакой ощутимой пользы. Они не помогают ему избежать наказания, не позволяют получить лакомство или игрушку. Это события другого порядка.

• Если ребенок-фантазер столкнется с непониманием взрослых, если его будут считать лгуном и постоянно уличать в обмане, то естественной защитной реакцией такого ребенка будет перестать рассказывать. Но, перестав делиться, малыш не перестанет фантазировать.

• Учтите, что лишенный общения ребенок, замкнется в себе, станет скрытным, его фантазии перейдут в глубокий внутренний план, станут еще более оторванными от действительности. Постепенно вымысел начнет подменять собой эту действительность и ребенку станет интересней быть наедине со своими мечтами (где он сильный, смелый, уважаемый, красивый, где он все может), чем участвовать в реальных событиях (где далеко не всегда все складывается удачно).

• Поэтому родителям необходимо помнить, как важно отличать ложь от фантазий.

14
Ребенок в общественных местах ведет себя некультурно

Маленький Максим был очень рад – его сегодня взяли в гости к дяде Леше. Максим любил к нему ходить, потому, что дядя Леша – моряк и у него дома есть много интересных вещей. Не успев переступить порог дома, Максим помчался в кабинет дяди Леши, где сразу схватил макет корабля и начал с ним играть.

Тут в комнату вошла мама, и по ее лицу было видно, что она сердится. Малыш вспомнил, что не снял ботинки, ни с кемне поздоровался, да и корабль взял без разрешения.

Максим понял, что за такое поведение его ждет серьезный «нагоняй».

Почему ребенок так себя ведет

Для маленьких детей важно чувствовать себя комфортно. Вот почему в первую очередь малыш озабочен своими ощущениями, а не тем, какие ощущения испытывают окружающие.

Если, находясь в общественном месте (в гостях, в транспорте, в поликлинике, в театре и т. д.), ребенок не обращает внимания на окружающих и делает то, что ему хочется, это не говорит о его некультурности и отсутствии стыда, это происходит не из-за «вредности» или «испорченного характера», а оттого, что он еще не усвоил для себя границы дозволенного и недозволенного.

Усвоение «правильного» поведения начинается в раннем в возрасте и становится более осознанным к 6–7 годам, но это происходит при условии, что родители «с пеленок» устанавливают для своего ребенка нормы поведения, сознательно учат малыша пользоваться вежливыми словами и вести себя культурно.

Неумение вести себя в общественных местах объясняется одной из самых распространенных ошибок родителей при воспитании ребенка: дома ребенку они позволяют вести себя как угодно и только в обществе и при посторонних людях пытаются привить ему правила хорошего тона. Ребенок не способен, как взрослые, делать различия между домом и общественными местами и в соответствии с этим менять свое поведение. Поэтому он везде и ведет себя так, как привык. А когда родители начинают сердиться и осуждать его поведение вне дома, он просто не понимает, что происходит.

Что делать?

• *Никогда не отчитывайте ребенка на людях!* Дети чрезвычайно чувствительны к бестактности. Не стоит учить ребенка манерам при посторонних, а уж тем более высмеивать его за какие-то оплошности. Если вы считаете необходимым сделать ребенку замечание немедленно, то отведите его в сторону и все объясните или сообщите ему свое недовольство шепотом.

• Правилам вежливости и культуры, которые приняты в нашем обществе, необходимо обучать малыша, начиная с самого раннего детства. Правила эти не так сложны: говорить «спасибо», здороваться, желать здоровья, уважать родителей, не перебивать старших и т. д. Ребенок быстро их усвоит, если будет видеть, что так общаются между собой и с ним его родные люди.

• Прививайте культуру общения ребенку с младенчества. Уже с самых его первых дней учите его вежливости, разговаривая с ним таким образом. Например, покормив ребенка, скажите от его имени «спасибо». И ответьте сами себе: «пожалуйста». Поверьте, очень быстро наступит время, когда вы услышите эти слова от своего малыша.

• Используйте вежливые слова при игре с любимыми игрушками и показывайте, как надо разговаривать. Ребенку будет интересно повторять за вами, и у него с раннего детства будет происходить знакомство с этикетом.

• Важно привить ребенку уважение к людям, понимание разницы в общении с ровесниками и с теми, кто старше. Научите ребенка вежливому обращению к взрослым людям. Объясните, что обращаться к ним нужно на «Вы» и по имени-отчеству.

• Постарайтесь научить вашего ребенка выслушивать других до конца. Конечно, маленький человек с трудом может молчать и не перебивать собеседника. Но умение слушать других поможет ему заводить друзей и избегать многих проблем в будущем.

• Объясните малышу, что нельзя перебивать разговор старших. Если же ребенку необходимо к вам обратиться, научите это делать вежливо.

• Обратите внимание своего ребенка на то, что в гостях без разрешения ничего нельзя трогать и надо спрашивать у хозяев дома, если ему хочется посмотреть какую-то вещь.

• Посоветуйте ребенку обращаться за «подсказкой» к родителям, когда он оказывается в затруднительном положении и не знает, как себя вести в какой-то ситуации. В таком случае малыш может или просто спросить, как ему быть или, посмотрев на маму, по ее взгляду понять, как поступить.

• Обязательно отмечайте похвалой те случаи, когда он поступил правильно. Так как затруднительных ситуаций бывает много, вам следует набраться терпения.

• Обучая ребенка вежливости, помните о том, что вы должны быть последовательны. Когда поведение ребенка то осуждается родителями, то «спускается на тормозах», тогда у него не формируется четкой границы дозволенного, из-за чего нормы поведения в обществе так и могут остаться неусвоенными.

• Важно также, чтобы ребенок понимал, для чего необходимы правила и нормы вежливости, а не следовал им автоматически и бездумно. Для этого необходимо объяснять ему причины, по которым лучше поступать так, а не иначе, и тогда ваш малыш будет совершать осмысленные действия.

Что учесть на будущее

Помните о том, что ребенок развивается постепенно. Как бы вы ни хотели, вы не научите читать годовалого малыша. Поэтому каждому возрасту соответствуют свои требования и в обучении навыкам культурного поведения.

Примерно к двум годам дети могут произносить «здравствуй» и «спасибо». Лексикон трехлетнего ребенка уже должен содержать слова «пожалуйста», «извини», «до свидания». Кроме того, малыш должен знать, когда применяются эти слова, и уметь правильно их употребить.

После 4 лет ребенок уже будет пытаться оценить поведение других с точки зрения усвоенных им этических норм. Например, когда кто-то поступил не лучшим образом, ребенок может спросить у родителей: правильно ли он осудил это поведение. И если взрослый подтвердит его правоту, то следование этой норме будет закрепляться в поведении ребенка.

Ближе к 6–7 годам ребенку уже будет важно, что подумают о нем окружающие, поэтому он будет стараться произвести хорошее впечатление, осознано применяя усвоенные нормы вежливости.

• Для того, чтобы ребенку было легче усвоить понятия «хорошо» и «плохо», почаще играйте с ним в сюжетные игры. Игра – это один из лучших способов показать малышу эффективные способы общения и разрешения различных проблем.

• Читайте ребенку сказки, в которых подчеркивается ценность вежливости. Например, у Ш. Перро есть замечательная сказка про двух сестер, одна из которых была вежливой, а другая грубой. Первая позволила волшебнице напиться из кувшина, когда ходила за водой, и получила в дар способность ронять изо рта цветы и драгоценные камни при каждом слове. Вторая же, нагрубившая волшебнице, была наказана тем, что роняла изо рта змей и жаб. Эта сказка в символическом виде помогает малышу понять, что вежливость подобна цветам и очень ценна, а грубость может повлечь за собой неприятности.

• Тему культурного поведения можно рассмотреть в мультфильмах и в детских фильмах. Обсуждайте с ребенком поступки сказочных и мультипликационных героев, обращая его внимание на этические моменты.

• Можно придумать сказку специально, чтобы проиллюстрировать ту или иную форму вежливого поведения. Эти сказки должны быть простые и достаточно короткие.

• Также в качестве воспитательного средства можно предлагать ребенку «истории для обсуждения». В основе каждой

«истории» должен быть сюжет, связанный именно с той нормой вежливости, которую вы хотите донести до малыша. Важно, чтобы в «истории» были не только отрицательные проявления, но и правильные поступки, одобряемые ребенком, и он учился оценивать, что хорошо, а что плохо.

• Проходя со своим ребенком нелегкий путь усвоения этических норм, не забывайте о том, что пример родителей является одной из главных «направляющих». Учтите, что ребенок как губка впитывает в себя то, как ведут себя его родители в повседневной жизни.

• Показывайте малышу на собственном примере хорошие манеры: в поведении за столом, в гостях, в кинотеатре, в кафе, в отношениях с родственниками и посторонними. *Прививая своемуребенку с детства правила хорошего тона, вы окажете ему неоценимую услугу*, тем самым сформировав его характер, заложив в него правильные ценности и научив располагать к себе окружающих.

15
Ребенок ябедничает

Маша в очередной раз бежала докладывать маме о том, что сделал ее младший брат: «А он порвал твою любимую книгу». Потом Маша шла сообщать папе о том, что братишка заглядывал в папин портфель и еще утром рассыпал сахар на кухне. Маше очень хотелось, чтобы родители поняли, какая она уже воспитанная и знает, как себя надо вести, не то, что этот карапуз. Ей было непонятно, почему ему так легко все сходит с рук?

Почему ребенок так себя ведет

Часто в возрасте около 5 лет дети жалуются на других, иначе говоря, ябедничают.

Разные дети ябедничают по разным причинам, но в любом случае это попытка ребенка привлечь к себе внимание.

Некоторые дети пытаются извлечь выгоду, жалуясь на других. Они ябедничают, наивно полагая, что могут возвысить свое «Я», представляя других детей в дурном свете.

Есть дети, которых просто переполняют эмоции, и они очень впечатлительны. Такой ребенок будет стремиться поделиться с вами всем, что его волнует. «Сегодня воспитательница так кричала на Толю», – докладывает малыш. Он не показывает свое превосходство над другими детьми и никому не хочет «насолить», он просто будет пересказывать вам все, что произошло с ним и не с ним и сильно его взволновало.

В возрасте 4–5 лет ребенок становится более послушным и хочет доставить удовольствие родителям. Поэтому ребенок старается разобраться в нормах поведения: какой поступок считается плохим, а на каком не стоит заострять внимание. «А Дима взял у Светы велосипед без разрешения», таким образом, малыш сообщает вам о том, что он уже знает, как надо себя вести. Такой малыш рассказывает о провинностях других детей, потому что близко к сердцу принимает чужие проступки и возмущается ими. Маленький ребенок не старается получить выгоду от ябедничества, он просто учится нормам общения. Бывает и так, что ребенок чувствует себя неуверенно. Он не понимает, почему происходят те или иные ситуации, и рассказывает о них, обращаясь к родителям за сочувствием и помощью.

Иногда маленький «ябеда» просто ревнует родителей к брату или сестре. Своими жалобами он как бы говорит: «Видишь, он плохо себя ведет, а я – хорошо, я – послушный».

Иногда может показаться, что малыш ябедничает, а на самом деле он пытается предупредить об опасности. «У Бори укатился мяч на дорогу, и он побежал за ним», – ребенок просто опасается за последствия поступка, о котором рассказывает.

Иногда сами взрослые невольно провоцируют ябедничество. Они просят малыша рассказать о том, кто и как вел себя в их отсутствие. Ребенок, с малолетства приученный к послушанию, начнет все «докладывать» взрослым.

Что делать?

• Если ребенок подошел к вам ябедничать, то не обрывайте его и не отчитывайте. Не выслушав ребенка, вы не узнаете, что движет им – желание «настучать» или необходимость сообщить важную информацию.

• В случае, когда ребенок пытается возвысить себя, порицая других, помогите ему увидеть в себе хорошее, никак не зависящее от сравнения с другими. Как можно чаще уделяйте своему ребенку заботливое внимание, говорите малышу о его хороших чертах. Не скупитесь на ласку и хвалите его за проявление хороших чувств по отношению к другим. Предлагайте ребенку рассказывать что-нибудь хорошее о своих приятелях.

• Если ребенок эмоционален и хочет с вами всем поделиться, то не спешите его отчитывать за то, что он все время «жалуется». Вы можете потерять доверительные отношения с ним. Лучше просто дайте оценку рассказанным событиям (а не участникам этих событий), а затем постарайтесь переключить внимание малыша. Если ребенок продолжает вспоминать случившееся, то помогите ему разобраться в поступках, которые его так сильно взволновали, проиграв эту ситуацию с игрушками.

• Если ребенок пытается быть послушным и при этом постоянно «бескорыстно ябедничает», то это говорит о том, что ему навязаны слишком строгие нормы поведения. Не удивительно, что подсознательно ребенок стремится перенести их на всех окружающих. В такой ситуации попробуйте уменьшить количество запретов в жизни малыша. Позволяйте иногда ребенку пошалить, поощряйте его общение с другими детьми.

• Когда дети ябедничают потому, что не знают, как справиться с проблемой, они обращаются к родителям за помощью. Учтите, что каждый раз спасая ребенка, вы не способствуете развитию в нем уверенности в своих силах. Поэтому постарайтесь научить его справляться с проблемами самостоятельно, чтобы он мог в дальнейшем полагаться на себя.

• Если жалобы вашего малыша – это проявление ревности, то постарайтесь уделять «ябеде» побольше внимания, повышайте его самооценку (хвалите, замечайте его успехи и достижения). Чтобы ябедничество не вошло в привычку, на жалобы реагируйте спокойно, не наказывайте провинившегося ребенка. Просто поговорите с ним «по душам», объясните, почему его проступок вам не нравится.

• Если ваш ребенок регулярно «докладывает обстановку» взрослым, то это может сильно испортить его отношения с

другими детьми. Объясните малышу, что правда – это хорошо, но совсем необязательно рассказывать взрослым обо всех проказах других детишек.

Что учесть на будущее

• Обязательно разъясните ребенку разницу между доносом и сообщением о чем-либо важном.

• Когда ребенок рассказывает взрослому о том, что кто-то поранился или может попасть в беду – это не значит ябедничать, это – ответственный поступок. Побеседуйте с ребенком о возможных опасных ситуациях, объясните ему, к каким взрослым он может обращаться в таких ситуациях. В наше время особенно важно, чтобы дети сообщали взрослым, когда кто-то в опасности, кому-то угрожают или кто-то испугался, поранился и т. п. В этих случаях сообщение направлено не на причинение неприятностей другим детям, а, напротив, на предотвращение беды. Когда вы поймете, что ребенок усвоил разницу между доносом и полезным сообщением, тогда введите четкое правило, запрещающее ябедничать, и обяжите ребенка следовать ему. Будьте последовательны в проведении установленной политики. Всякий раз, когда ребенок будет пытаться ябедничать снова, останавливайте его простым и четким вопросом: «Это полезное или бесполезное сообщение?»

Постепенно малыш поймет разницу и вам удастся искоренить его привычку ябедничать.

16
Ребенок все время говорит «нет»

Родители не знали, что делать с Кириллом. На все предложения он всегда говорит «нет». Будь то интересная игра, увлекательная прогулка, все равно его первая реакция: «Нет, нет, нет…».

Потом он иногда жалеет о своем категоричном отказе, но виду не подает и снова на любые предложения продолжает упорно твердить «нет».

Почему ребенок так себя ведет

Причинами такого поведения является не личностная особенность ребенка или его «дурной характер в дедушку».

Когда ребенок категорично заявляет «нет» на любое ваше предложение, это, возможно, не нигилизм, не отрицание всех и вся, а защита от вторжения в его маленький мир. Не стоит истолковывать такое поведение ребенка как пренебрежение или неуважение к вам. Таким образом ребенок заявляет о себе как о личности, выделяет себя среди окружающих, утверждает свое право на собственное мнение, собственные интересы и собственную жизнь.

Подчас бесконечное отрицание – это реакция ребенка на безмерную опеку родителей, лишающую ребенка инициативы. Ребенок противится такой безграничной любви и опеке, желая самостоятельности, независимости, творчества.

Бывает и так, что ребенок, прежде чем согласиться на что-либо, говорит «нет». Делает он это для того, чтобы взять тайм-аут и все хорошенько обдумать. Такому ребенку нужно время для принятия решения.

Еще одной причиной постоянных «нет» является пресыщенность. В наше время дети живут в изобилии вещей, игрушек, лакомств, компьютерных игр, мультфильмов и т. п. Избалованные и уставшие от такого количества развлечений дети уже ничего не хотят, их ничем не удивить. Что им не предложишь, в ответ только: «не хочу», «не буду», «нет»… Такое ощущение, что детям уже совсем ничего не интересно.

Родители, желающие создать своему дорогому чаду безоблачное детство, в результате делают из него пресыщенного чрезмерным изобилием и уставшего от жизни «нехочуху».

Ребенку в этом возрасте важно самому познавать мир вокруг себя, а не жить в рафинированном, подготовленном родителями мире изобилия, где все за него продумано, решено и подается «на блюдечке с голубой каемочкой».

Что делать?

• Начните с себя – пересмотрите собственные требования к послушанию ребенка. Определите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности и инициативы.

• Как бы это не было сложно, перестаньте *постоянно* беспокоиться о ребенке и тревожиться за него.

• Не нужно чрезмерно опекать ребенка, дайте ему больше свободы, стимулируйте самостоятельность, позвольте быть творцом собственной жизни.

• Не навязывайте ребенку своего мнения, учитесь договариваться с ним. Например: «Сегодня на улице очень холодно, как ты думаешь, в какой куртке тебе будет теплее?»

• Чтобы не провоцировать отрицание и негативизм, не ставьте вопросы ребром, не требуйте ничего ультимативно, не заявляйте категорично. Например: «Сейчас мы будем обедать!»

• Задавайте вопросы малышу так, чтобы он не мог на них ответить «нет», например: «что бы ты хотел на завтрак?» (вместо «будешь кашу на завтрак?») или «какую бы книжку ты хотел почитать?» (вместо «будем читать книжку?»)

• Предоставьте ребенку право выбора. Вы не услышите отказ, если свое обращение к малышу вы сформулируете таким образом, чтобы он сам мог принять решение. Например: «Чем займемся в выходные: погуляем во дворе или поедем в парк?»

• Меняйте свою речь. Исключите слова, подчеркивающие негативные стороны действий ребенка: «опять ты упрямишься», «делаешь мне назло» и т. д. Напротив, используйте слова, подчеркивающие эффективность действий, инициативы ребенка: «ты решил сам убрать конструктор на место, и мне приятно, что у тебя в комнате теперь такой порядок».

• Если ребенок вначале сказал вам «нет», а затем согласился, не укоряйте его и не говорите ему в отместку: «Ну, раз ты отказался запускать змея, то мы теперь никуда не пойдем». Наоборот, если ребенок после своего отказа согласится участвовать в ваших затеях, искренне порадуйтесь и скажите, что без него вам было бы скучно и неинтересно.

• Чтобы ваш ребенок не пресытился и не устал от жизни раньше времени, постарайтесь «не перегружать» его развлечениями, помните – во всем хороша мера.

• Не переусердствуйте в стремлении обеспечить своего ребенка «всем и сразу», не покупайте ему слишком много игрушек и сладостей, не опережайте его желания, пусть он сам захочет и попросит.

Что учесть на будущее

• Не запрещайте ребенку отвечать вам «нет», даже если это вас обижает, не заставляйте его испытывать чувство вины.

• Ребенок не должен бояться говорить «нет» только потому, что это неприятно близким. Чтобы стать личностью, необходимо уметь отстаивать свои интересы.

• Уважайте ребенка за то, что он умеет говорить «нет». Даже взрослые страдают от того, что не всегда имеют силы отказать (например, навязчивым соседям, родственникам или коллегам). Поэтому умение говорить «нет» пригодится в дальнейшей жизни.

• Ребенок, отвечающий отказом сверстникам на приглашение поиграть, может остаться в одиночестве и страдать от этого. Но это не значит, что ему нет дела до друзей, может быть сейчас он увлечен другим. Такой ребенок сможет противостоять стадному чувству: «все делают так, и я буду делать как все», «все побежали, и я побежал».

• В будущем такой ребенок сможет уверенно сказать «нет» на предложение покурить, попробовать наркотики, совершить еще что-нибудь необдуманное и опасное.

17
Ребенок не отходит от вас ни на шаг

Оля целый день ходила по пятам за мамой, ни на минуту не оставляя ее в покое. Мама совсем не могла побыть наедине с собой или заняться домашними делами. То Оля просилась на руки, то норовила залезть на колени к маме. Куда мама – туда и Оля, мама на кухню и Оля за ней, мама в спальню и Оля перетаскивает игрушки из детской в спальню к родителям, чтобы постоянно быть рядом. Мама принимает душ – Оля ноет под дверью ванны. А когда приходят гости, Оля становится просто несносной, совершенно не давая взрослым пообщаться.

Почему ребенок так себя ведет

Маленькие дети любят проводить с родителями круглые сутки. Разумеется, степень привязанности ребенка зависит от его возраста и темперамента, однако большинство детей чувствуют себя наиболее комфортно, если родители рядом.

Период особой привязанности к матери наблюдается у детей с полутора до трех-четырех лет. Ребенок растет и развивается, изучая окружающий мир, но, ощутив себя отдельным, оторвавшись от матери, он начинает бояться потерять ее, и старается не отходить от нее далеко. Он повсюду следует за ней. Если же мама уходит, он сильно скучает, и после ее возвращения не отпускает от себя ни на шаг.

Желание ребенка быть рядом с родителями вполне нормально. При этом внимание родителей очень важно для гармоничного детского роста, в процессе которого развивается способность и желание ребенка быть самостоятельным. Как правило, такая сильная привязанность проходит к шести-семи годам, и дети все больше времени проводят со своими сверстниками или играют у себя в комнате и все меньше «пристают» к родителям.

Если же ребенок «ни с того ни с сего» начал льнуть к вам и цепляется за вас, то это может быть показателем нервного напряжения, которое он испытывает в данный момент.

Часто дети ведут себя таким образом во время адаптационного периода, когда только начинают посещать детский сад, после длительной болезни. Такое поведение встречается у детей, в чьих семьях часто бывают конфликты и ссоры. Повышенной «прилипчивостью» ребенок может реагировать и на пополнение в семье.

В случае дефицита внимания, если родители недостаточно обнимают ребенка, редко прикасаются к нему, не разговаривают или ограничиваются короткими фразами. Некоторые занятые родители, пытаясь компенсировать недостаток душевной близости, просто «откупаются» от ребенка дорогими подарками. А ребенок, стремясь удовлетворить свою естественную потребность в тактильных прикосновениях и эмоциональной близости, становится навязчивым, волей-неволей привлекая к себе внимание родителей.

Что делать?

• Если ребенок хочет быть рядом с вами, не отталкивайте его, это еще сильнее усугубит его чувство незащищенности. Постарайтесь проявить понимание и пойдите ему навстречу, это не каприз, а вполне естественная потребность. Для того чтобы мама могла выкроить хоть несколько минут для себя или для домашних дел, ей лучше сначала выделить некоторое время для полноценной игры со своим чадом. Очень скоро ребенок эмоционально заполнится от близкого контакта с мамой и сам потребует свободы. Тогда можно будет на некоторое время заняться своими делами.

• Если у вас нет возможности уделить ребенку время, отвлеките его книжкой или игрушкой. Можно пригласить в гости его друга или подружку. Как правило, дети дошкольного возраста в компании сверстников прекрасно обходятся без родителей, если дети достаточно большие, можно на какое-то время оставить их без присмотра и заняться домашними делами.

• Особенно обременительно и неудобно, если ваш ребенок не отстает от вас ни на секунду, когда к вам пришли гости. Поэтому, ожидая взрослых гостей, постарайтесь подготовить ребенка к этому заблаговременно. Предложите ему нарисовать что-нибудь в качестве подарка гостям. Положите рядом с собой его любимые игрушки, чтобы он не отвлекал вас, а спокойно играл с ними. Однако не стоит рассчитывать на то, что ребенок надолго оставит вас в покое. Если вы не будете обращать на него внимание, рано или поздно он начнет капризничать, хныкать или баловаться. Постарайтесь время от времени вовлекать его в общий разговор, чтобы он не чувствовал себя заброшенным, и тогда у вас будет возможность хотя бы какое-то время спокойно общаться с гостями.

• Если ребенок переживает сложный период, связанный с семейными обстоятельствами, то постарайтесь уделить ему дополнительное внимание. Ребенку необходимо знать и чувствовать, что при любых обстоятельствах родители любят его и всегда готовы помочь.

Что учесть на будущее

Маленькие дети остро нуждаются в прикосновениях, тактильных контактах со своими родителями.

• Не стесняйтесь демонстрировать ребенку свои чувства – дети любят, чтобы их погладили, слегка обняли, позволили прижаться. Учтите, что продолжительные контакты с любящими взрослыми – это ключ к самоуважению ребенка и гармоничному развитию. Дети начинают ценить себя, если их ценят другие.

• Предлагайте ребенку различные увлекательные занятия, чтобы он с интересом мог заняться ими на некоторое время. Доверьте ему выполнить какие-нибудь «взрослые» поручения, например помочь вам накрыть на стол или подмести пол.

• Чтобы у ребенка не возникало чувство незащищенности и неуверенности, поддерживайте с ним контакт, даже когда он вас не видит, например разговаривайте с ним, если вы находитесь на кухне, а он в своей комнате.

По мере того, как ребенок осознает, что родители рядом (даже если он их не видит), он привыкает к мысли, что они обязательно вернутся, даже если они ушли, он начинает чувствовать уверенность в себе и доверие к взрослым. Постепенно, именно на основании этого доверия, в ребенке развивается самостоятельность.

Разумеется, родителям хочется, чтобы их ребенок поскорее стал самостоятельным, тогда у них будет больше свободного времени для себя. Но не торопите события, наступит время, когда ваш ребенок будет прекрасно обходиться без вас и без вашей помощи и вы еще с грустью вспомните те времена, когда ваш малыш ни минуты не мог без вас.

18
Ребенок слишком много балуется

Олеся любит шалить, когда приходят гости. Она начинает баловаться, бегать, шуметь, привлекать к себе внимание. Родители делают ей замечание, но она делает вид, что не слышит. Мама пытается увести Олесю в другую комнату и объяснить, что так нельзя себя вести, но девочка упирается и злится.

Почему ребенок так себя ведет

Такой тип поведения распространен среди детей 4–5 лет, когда малыши еще не умеют полностью управлять своим поведением и эмоциями.

Часто маленькие дети начинают баловаться в самых неподходящих для этого местах, дурачиться в неподходящее время, например бегать по супермаркету, хватать с полок различные предметы.

Почти все дети начинают шалить, когда в доме находятся гости. Они чутко улавливают разницу в эмоциональной атмосфере в доме во время приема гостей, родители и другие взрослые начинают более громко разговаривать, меняется их тон голоса, поведение. Ребенок «заражается» всеобщим возбуждением и начинает баловаться.

Иногда ребенок может начать шалить из-за нервного напряжения, с которым он не в силах справиться. Например, когда ребенок перегружен какими-либо серьезными занятиями или из-за пополнения в семье и т. п.

Шалость, как и игра, – это естественное состояние ребенка. Балуясь, ребенок пробует различные модели поведения. В шалости ребенок утверждает свое собственное «Я», он как бы заявляет: «Смотрите, я не только могу делать что-то «как положено», я могу быть не только послушным, но могу поступать и по-другому, по-своему, вот так и вот этак». Шалящий ребенок как бы обыгрывает ту норму приемлемого поведения, которую он в данный момент осваивает.

Когда ребенок шалит, у него формируется способность к риску, ведь таким образом малыш «исследует» реакции окружающих на отклонения от правильного поведения, «нащупывая» границы дозволенного и недозволенного.

Что делать?

• Четко объясните ребенку, когда и где можно пошалить, а когда нельзя.

• Объясните ребенку основные правила: никому не помешать, никого не обидеть, никому не сделать больно, не пораниться и не испортить какие-либо вещи.

• Если поведение вашего ребенка выходит за рамки допустимого, то его обязательно нужно остановить.

• Скажите ребенку, чтобы он перестал баловаться, уверенным и строгим тоном. Если ваш голос будет звучать убедительно, то ребенок наверняка послушается, если же в нем будут нотки сомнения, то ребенок будет и дальше продолжать шалить. В случае, когда первое предупреждение не подействует, приструнить расшалившееся чадо можно слегка повысив и ужесточив тон. Кричать на детей бесполезно (хотя порой бывает очень сложно удержаться от крика). Можно придвинуть ребенка поближе к себе и, глядя ему в глаза, несколько раз напомнить о своем запрете спокойным, но твердым голосом.

• Чтобы у ребенка четко формировалось представление о нормах правильного поведения, не забывайте хвалить его, когда он ведет себя хорошо, точно так же как и останавливать, когда он шалит в неподходящий момент.

Что учесть на будущее

• Разрешайте ребенку побаловаться, побегать, пошуметь и даже поощряйте его к этому в специально отведенное время. Когда малыш будет шалить именно в это время, скажите ему, что он поступает хорошо, потому что никому не мешает, и взрослым весело на него смотреть.

• Ребенок должен понимать, что шалость – это не плохое поведение, но нужно уметь вовремя остановиться.

• Иногда предлагайте сами побаловаться. Своим примером показывайте ребенку, как, повеселившись, суметь вовремя останавливаться.

19
Ребенок дразнит и обзывает

Артему шесть лет и он главный «заводила» в своей группе в детском саду. Артем очень активный, порой даже агрессивный, он желает быть в центре внимания, быть лидером. Артем привык относиться к другим свысока, поэтому он постоянно всех дразнит и обзывает.

Если какой-то ребенок не отличается особыми достижениями на занятиях, то он тотчас слышит в свой адрес: «тупица». Когда старательный малыш проявляет свои знания, то Артем обязательно «заметит», что он «очкарик». А если какого-то мальчика «угораздило» дружить с девочками, то Артем тут же обзовет и его «девчонкой». Нетерпим Артем и к внешним особенностям детей: один у него «скелет», другой «жиряга».

Почему ребенок так себя ведет

Обычно дети начинают дразнить после 3 лет. Наиболее осознанно дети дразнят и обзывают годам к 5–6, а к младшему школьному возрасту такое поведение достигает своего апогея.

Примерно в возрасте 2,5–3 лет ребенок начинает понимать, что отличается от других.

Пока ребенок не достиг этой возрастной границы, ему все равно, как именно выглядит другой малыш, чем он отличается от него самого. Но после 3 лет начинается процесс самоидентификации, в ходе которого ребенок начинает познавать себя как личность. Для него становится важным, какого он пола, как выглядит. Осознавая собственные особенности, малыш параллельно начинает понимать, что другие дети тоже отличаются от него.

В речи ребенка начинают проскальзывать высказывания о других детях и их особенностях, но пока это делается не с целью обидеть, а просто для того, чтобы обозначить различие: «Костя – толстый, а я – нет» или «Миша боится собаки, а я – нет, я – храбрый».

Подрастая, ребенок наблюдает, что взрослые не всегда проявляют терпимость к особенностям других людей. Выказывая собственную неприязнь и нетерпимость, они отделяют себя от «других» и повышают свою самооценку. Кто-то из взрослых говорит плохо о толстых, кто-то о богатых, кто-то о тех, которые «понаехали тут». Ребенок слышит такие слова и считывает негативное отношение к «другим». В результате, малыш начинает считать, что если взрослые люди позволяют себе это, то значит будет правильным вести себя так же. И начинает копировать такое поведение, «отрабатывая» его на сверстниках. Но если у взрослых нетерпимость часто бывает замаскированной, то дети гораздо более прямолинейны. Каких только прозвищ они не придумывают друг другу!

Некоторые прозвища служат детям своеобразным инструментом социального регулирования. Например, такие прозвища, как: «ябеда-корябеда» или «жадина-говядина» далеко небезосновательны, они указывают на неправильное поведение, нарушение принятых норм и правил. С помощью таких прозвищ дети как бы предупреждают друг друга: будешь так себя вести – с тобой не станут общаться.

Но большинство дразнилок – это бранные слова и клички, бьющие по самому больному, провоцирующие потенциальную «жертву» на словесный поединок. Цель такого поединка –

определение границ личности: где начинается «внутреннее пространство» другого человека, как далеко он позволит зайти, где его и где мое место на социальной лестнице? Очень важно, чтобы при этом были зрители, они же судьи, которые вынесут свой вердикт поведению участников поединка и донесут свое мнение до детской общественности. Именно поэтому дети дразнят чаще всего в момент формирования коллектива – в новой группе садика, в начальных классах школы. Так, почти всегда, испытывая на прочность, дразнят новичков, вошедших в уже сложившийся коллектив.

Вообще существует множество причин, по которым дети дразнят: для привлечения к себе внимания, для самоутверждения, выплескивая агрессию, из зависти, из-за неприязни, для самозащиты и т. д. Но в любом случае это говорит о том, что у ребенка далеко не все благополучно, ведь, отыгрываясь на других детях, маленький человек пытается решить свои собственные внутренние проблемы.

Поэтому задача родителей – не наказать или запретить обзываться, а помочь ребенку разобраться в самом себе, выяснить его проблемы и помочь ему решить их иначе, а не за счет унижения других детей.

Что делать?

От того, как отреагируют родители на то, что их ребенок дразнит и обзывает, зависит, будет ли он, когда вырастет, терпим к особенностям будущего партнера, друзей и просто окружающих.

Для начала нужно разобраться, почему это происходит.

Ребенок может дразнить по разным причинам:

○ **От неумения пригласить другого ребенка в игру.**

Иногда ребенок не знает, как начать игру и, обзывая, пытается привлечь к себе внимание другого малыша. Так часто ведут себя маленькие дети: один начинает дразнить, другой начинает за ним бегать, при этом оба смеются, так завязывается игра.

В этой ситуации выход очевиден: необходимо помочь ребенку преодолеть свою стеснительность и научить его знакомиться и выражать желание поиграть или пообщаться.

○ **Чтобы повеселить окружающих.**

Малыш хочет быть в центре внимания и изо всех сил пытается развеселить окружающих. Дразня, он не преследует цели обидеть другого ребенка, он просто хочет, чтобы над его шуткой посмеялись.

В этом случае родителям нужно объяснить ребенку, что хоть все и посмеялись, но тому, над кем смеялись, было очень обидно. Такому ребенку надо помогать развивать чувство юмора, показать, как это можно сделать без «шуточек» в отношении другого. Для примера расскажите своему малышу несколько веселых историй, которыми он мог бы повеселить друзей, при этом никого не обижая.

○ **Чтобы самоутвердиться.**

Если ребенок постоянно дразнит сверстников, награждая их обидными эпитетами, то такой ребенок желает утвердиться за их счет. Он осознает, что обижает или даже унижает другого, и именно это возвышает его в собственных глазах, а иногда позволяет занять лидирующую позицию.

Родителям такого ребенка важно направить энергию его лидерства в «мирное» русло. Надо объяснить ребенку, что настоящий авторитет невозможно завоевать таким способом и

показать, как он может проявить лидерские качества, не задевая другого человека. Например, организовать помощь кому-то, предложить интересную игру для всех, быть самым активным на занятиях и т. п. При этом с ребенком нужно проводить воспитательные беседы, чтобы он осознавал не только свою ценность, но и ценность других детей, какими бы отличительными особенностями они не обладали.

○ **Чтобы попробовать других на «прочность».**

Иногда ребенок дразнит, чтобы спровоцировать другого на какие-то активные действия. Обычно это происходит из-за неприязни детей друг к другу или из желания «померяться силами». Ребенок уверен, что его «дразнилки» не останутся без ответа, и начинает своеобразный поединок.

В данном случае однозначно осуждать такое поведение нельзя. Это состязательное поведение, и оно будет развиваться и дальше. Если родители строго пресекут дразнилки соревновательного характера, то потребность в состязательности может найти совсем другой выход: например, ребенок может начать драться, или примется «воспитывать» других детей, становясь занудой, или начнет много хвастаться.

Научите ребенка вместо кличек и дразнилок смешным, необидным словам, чтобы перевести такие словесные пикировки в веселую игру.

○ **Чтобы привлечь внимание взрослых.**

Некоторые дети привыкают привлекать внимание взрослых своим плохим поведением. Обзывать других детей – одно из средств для этого. Ребенок знает, что если он будет дразнить, то взрослые этого так не оставят. А это как раз то, чего он добивается.

Обычно такие дети используют и другие средства для привлечения внимания взрослых: бьют детей, портят вещи, мешают на занятиях и т. д.

В большинстве случаев родителям довольно трудно корректировать такое поведение, так как у ребенка уже сформировался отрицательный образ, который он привычно подтверждает своими поступками. В данном случае необходимо переориентировать ребенка, чтобы он научился добиваться внимания хорошим поведением. Это очень непростая задача, изменить придется всю систему взаимоотношений с ребенком, где основным является изменение отношения взрослых к малышу.

○ **Чтобы выплеснуть агрессию.**

Иногда ребенок в порыве злости произносит обидные слова. Часто такое случается, когда другой ребенок отобрал у него что-то или больно толкнул. В таком случае, проявляя агрессию, малыш сознательно хочет причинить боль сверстнику, действительно желает его обидеть.

Родителям в таком случае придется учить ребенка направлять агрессию в конструктивное русло – выражать свои чувства, проговаривая их. Например, если ребенка кто-то толкнул и это его разозлило, то, вместо того чтобы обозвать драчуна, лучше прямо сказать ему: «Мне не нравится, когда ты так толкаешься».

○ **Из зависти.**

Дети (как и взрослые) завидуют друг другу. Причиной зависти могут быть игрушки, модная одежда, хорошие оценки, различные атрибуты «крутой» жизни (дорогая папина машина, отдых за границей) и т. п. В таком случае, по мнению ребенка, обидные слова – это замечательное средство для восстановления «справедливости», своеобразного баланса: «Подумаешь, куртка модная, зато ты – дура!»

В этой ситуации бороться с бранными словами бессмысленно. Нужно искоренять саму причину – зависть, и тогда желание унизить другого отпадет само.

○ **С целью самозащиты.**

Если ребенка обзывают, то он обычно тоже обзывает в ответ.

В этом случае родителям надо постараться научить ребенка отвечать достойно, без ответного оскорбления. Конечно, крайне трудно требовать такого уровня самосознания от дошкольника и задача эта может быть решена, скорее всего, только к концу подросткового возраста. Это не значит, что обзывания в ответ надо поощрять, но и строго пресекать стоит только очень обидные или грубые слова. Во многом такая самозащита ребенку необходима, чтобы он чувствовал, что может сам за себя постоять.

Что учесть на будущее

• Научить ребенка терпимости к особенностям других – это воспитание важной жизненной позиции. Здесь необходима готовность родителей работать над собой, следить за своими высказываниями в отношении других людей разных национальностей, материального достатка, интеллектуальных способностей, успешности, внешних данных. Конечно, на протяжении детства, юности, да и всей жизни эти вопросы будут волновать вашего ребенка, и ему придется не раз делать моральный выбор, преодолевая собственную нетерпимость или давая отпор, если ее жертвой хотят сделать его самого. И очень важно, что вы вложите в него сейчас, в детстве.

• Помните о том, как важно всегда следить за тем, что вы говорите в присутствии детей, даже если вы считаете, что они вас не слышат или еще не понимают, о чем идет речь. Ведь большинство видов нетерпимости и способов ее проявить дети «копируют» с родителей. И бесполезно что-то внушать малышу, если ваше поведение при этом остается неизменным. Не «подсказывайте» ребенку сами никаких дразнилок, не навешивайте никому обидных прозвищ и ярлыков.

• Объясните ребенку, что видимые различия не так важны, что внешность, пол, национальность и даже особенности поведения имеют не такое большое значение. Учтите, что через игру или сказку вам удастся донести до ребенка эту мысль гораздо успешнее, чем путем нравоучений и наказаний. Используйте сказки – кладезь народной мудрости. Читая ребенку сказки, рассуждайте об особенностях каждого из героев. Обращайте внимание на то, что все они разные, но каждый из них хорош по-своему. Также поиграйте с ребенком в игру, взяв за основу сюжета реальную ситуацию, когда малыш был нетерпим к недостаткам других. В ходе игры обсудите с ребенком, какие чувства испытывают герои, совместно решите, как им лучше поступить.

• Помогая своему ребенку искоренить нетерпимость, воспитывайте в нем такие благородные чувства, как интерес к людям («Интересно, почему он себя так ведет?») и сочувствие («Наверно, непросто жить, если приходится все время носить очки»). Интерес может родиться, если поощрять ребенка рассуждать о том, что происходит, а не просто констатировать или осуждать. В случаях, когда речь идет об особенности во внешности или состоянии здоровья другого человека, то нужно учить ребенка проявлять сострадание, сочувствие, чтобы он вырос

неравнодушным человеком.

• Помните о том, что если родители будут терпимей и внимательней к тем, кто рядом, то дети обязательно последуют их примеру.

20
Ребенок грозится убежать из дома

Вадик стоял в углу и бубнил себе под нос: «Вот убегу от них, будут знать!»

Потом он потер разбитую коленку. И надо же было ему сегодня в новых штанах пойти гулять. В старых было гораздо лучше. А тут мало того, что коленка разбита и никто даже не пожалел, так еще мама отругала его за порванные новые штаны и в сердцах шлепнула полотенцем.

Вадик тихо всхлипывал в углу и размазывал слезы по щекам: «Ну ничего, теперь им некого будет шлепать полотенцем и в угол ставить, все, решено – уйду из дома!»

Почему ребенок так себя ведет

Иногда дети хотят уйти из дома в поисках новых ярких впечатлений. Ребенку может наскучить каждодневное однообразие будней, и он решит отправиться в далекие страны, знакомые ему по ярким описаниям в приключенческой литературе (например, в Африку или на Северный полюс).

Подстегивают ребенка к уходу из дома и романтические примеры из детских книг или фильмов, где его сверстники, уйдя из дома, открывают для себя новый мир, полный неожиданных приключений и интересных встреч.

Но в большинстве случаев, угроза «уйти из дома» – это реакция ребенка на какие-то неблагоприятные обстоятельства его жизни (несправедливое или слишком суровое наказание, чрезмерные требования родителей, скандалы в семье, появление братика или сестренки, развод родителей, появление в доме отчима или мачехи).

Чаще всего угроза «уйти» следует после какой-то ссоры. «Я покажу вам, – говорит обиженный ребенок. – Вот уйду, и вы тогда поплачете без меня». Малыш надеется, что после того, как он уйдет, родители поймут, как сильно им его не хватает.

Ребенок, грозящийся уйти из дома, выражает не столько гнев или желание независимости, сколько то, как сильно он нуждается во внимании родителей, в их защите. Он лишний раз желает убедиться в том, что его любят. Ребенок в такой момент находится во власти своих эмоций и не может контролировать себя, поэтому ему важно знать наверняка, что рядом есть любящие его родители, которые держат все под своим контролем. Любой ребенок хочет быть уверенным в том, что как бы он не был рассержен, обижен или несчастен, его родители ни за что не отпустят его.

Что делать?

Наверняка многие из нас могут вспомнить, как сами, будучи детьми, злились на родителей и были переполнены жалостью к себе. В эти минуты мы всерьез подумывали о том, чтобы «уйти в бега». Поэтому теперь, став родителями, вы должны понимать, как важно в этот момент ребенку ваше внимание. Угроза сбежать из дома – это серьезный сигнал, который не должен быть проигнорирован.

В подобной ситуации родителям, прежде всего, необходимо понять причины гнева ребенка. Необходимо разобраться, что это: протест против чего-либо, желание вырваться из-под гиперопеки или задеты какие-то чувства ребенка, нанесена серьезная обида, а может, это попытка ребенка манипулировать родителями.

• С ребенком нужно побеседовать и объяснить ему, что его чувства (гнев, обида, злость) естественны, но с ними можно успешно справиться, не уходя из дома. Важно дать понять ребенку, что он услышан и его проблема для вас также важна, вы готовы ему помочь.

• Важно заверить ребенка в том, что ни при каких обстоятельствах родители не позволят ему уйти из дома.

• Помните, ребенку в этот момент хочется быть любимым и защищенным, поэтому единственное, что он хочет от вас слышать в эти минуты, как он вам дорог и любим.

• Если ваш малыш собрался уйти из дома для того, чтобы добраться до Северного полюса, то, скорее всего, его заявление не заключает в своей основе какие-либо глубинные проблемы, и вы можете отнестись к этому факту спокойно. Важно согласиться с ребенком, что ему действительно необходима перемена обстановки и придумать какой-нибудь интересный поход или совместную увлекательную поездку.

Что учесть на будущее

• Если вы услышали от своего ребенка «уйду от вас», то это значит, что настало время задуматься не столько над его поведением, сколько над своим поведением и словами.

Подобную ситуацию родители часто провоцируют сами, постоянно говоря ребенку: «Все, надоел, уходи от нас!» или: «Отдадим тебя тому-то…» После таких слов ребенок оборачивает оружие родителей против них же самих.

• Никогда не угрожайте ребенку, что выгоните его из дома, если он сделает что-то не так. Вообще, дети воспринимают любые угрозы как руководство к действию. Боясь, что его действительно выгонят, ребенок уходит сам.

• Помните о том, что для любого ребенка важны друзья. Постарайтесь, чтобы у сына или дочери была возможность встречаться со своими сверстниками дома. Пусть дом для детей станет самым притягательным местом.

• Старайтесь вместе с ребенком решать, как проводить досуг. Если свободное время ребенка заполнить интересными и полезными занятиями, то многие проблемы отпадут сами собой.

• Принимайте любые откровения своего малыша, как знак доверия к вам. Выслушивайте его всегда, особенно, если он хочет поделиться чем-то сокровенным. Ни в коем случае не высказывайте категоричных суждений в его адрес, не отбивайте у него желания общаться с вами. Зная, что его поддержат и поймут, ребенок с любой проблемой побежит именно к вам, а не из дома.